Asociatia "HandHope"
Str. Baltaretu nr. 565
147240 - Peretu
jud. Teleorman
IMPRIMAT

T.P.
POSTA ROMANA
NR. 103/C/092/2008
Valabilitate-cf contractului
ALEXANDRIA 1

Gândește-te la ceea ce ai,
nu la ceea ce ai pierdut"

ÎMPREUNĂ

revistă specială de informare și inspirație
pentru oameni speciali
Noiembrie 2014
Se distribuie gratuit
Nr. 141

„Căci Domnul
este bun;
bunătatea Lui ține
în veci,
și credincioșia Lui
din neam în neam."
Psalm 100:5

Editorial

AVOCATUL POPORULUI

Care este rolul Avocatului Poporului?

Instituția Avocatul Poporului are drept scop apărarea drepturilor și libertăților persoanelor fizice în raporturile acestora cu autoritățile publice.

Avocatul Poporului este o autoritate publică autonomă și independentă față de orice altă autoritate publică și are un buget propriu care face parte integrantă din bugetul de stat.

Legea nr. 35/1997 privind organizarea și funcționarea instituției Avocatul Poporului a fost modificată și completată prin Legea 258/2010, publicată în Monitorul Oficial nr. 847/2010.

continuare în pag. 2

DIN CUPRINS:

Andrea Bocelli - pag. 3
Roditor în țara întristării - pag. 4
Clubul 99 - pag. 6
E bine să știm - pag. 7
Un mod de viață: As. „Ridică-te și umblă" - pag. 9
Litere de lege - pag.15
Pericol în mijlocul mării - pag.16

Gândește-te la ceea ce ai, nu la ceea ce ai pierdut!

continuare din pag. 1

Avocatul Poporului

- nu se substituie autorităților publice

- nu poate fi supus nici unui mandat imperativ sau reprezentativ, nimeni nu îl poate obliga să se supună instrucțiunilor sau dispozițiilor sale;

- activitatea sa are caracter public, dar la cererea persoanelor lezate în drepturile și libertățile lor sau datorită unor motive întemeiate, poate decide asupra caracterului confidențial al activității sale;

- își exercită atribuțiile, din oficiu sau la cererea persoanelor lezate în drepturile și în libertățile lor.

Avocatul Poporului este denumirea constituțională sub care este organizat și funcționează, în România, ombudsmanul.

Cum este organizat biroul Avocatului Poporului?

Avocatul Poporului este numit de către Camera Deputaților și de Senat, în ședință comună, pe o durată de 5 ani (reînnoibil o singură dată), pentru apărarea drepturilor și libertăților persoanelor fizice. Avocatul poporului se bucură de sprijinul a .... adjuncți, specializați pe domenii de activitate. Avocatul Poporului și adjuncții săi nu pot îndeplini nici o altă funcție publică sau privată, cu excepția funcțiilor didactice din învățământul superior. Funcția de Avocat al Poporului este asimilat cu funcția de ministru.

Domenii de activitate

Instituția Avocatul Poporului își desfășoară activitatea pe următoarele domenii de specializare:

- drepturile omului, egalitate de șanse între bărbați și femei, culte religioase și minorități naționale;

- drepturile copilului, ale familiei, tinerilor, pensionarilor, persoanelor cu handicap;

- armată, justiție, poliție, penitenciare;

- proprietate, muncă, protecție socială, impozite și taxe.

În vederea realizării atribuțiilor ce îi revin potrivit legii, Avocatul Poporului organizează birouri teritoriale care își desfășoară activitatea pe raza teritorială de competența a curților de apel. În prezent funcționează douăsprezece birouri teritoriale: Alba Iulia, Bacău, Oradea, Suceava, Brașov, Cluj-Napoca, Constanța, Craiova, Galați, Iași, Târgu Mureș și Pitești.

Atribuțiile Avocatului Poporului

Avocatul Poporului are următoarele atribuții:

- coordonează activitatea instituției Avocatul Poporului;

- primește și repartizează cererile făcute de persoanele lezate prin încălcarea drepturilor și libertăților cetățenești de către autoritățile administrației publice și decide asupra acestor cereri;

- urmărește rezolvarea legală a cererilor primite și cere autorităților sau funcționarilor administrației publice în cauză încetarea încălcării drepturilor și libertăților cetățenești, repunerea în drepturi a petiționarului și repararea pagubei;

- semnează rapoartele, recomandările, precum și orice alte acte necesare bunei desfășurări a activității instituției;

- formulează puncte de vedere, la cererea Curții Constituționale;

- poate sesiza Curtea Constituțională cu privire la neconstituționalitatea legilor înainte de promulgarea acestora;

- poate sesiza direct Curtea Constituțională cu excepția de neconstituționalitate a legilor și ordonanțelor;

- reprezintă instituția Avocatul Poporului în fața Camerei Deputaților, a Senatului și a celorlalte autorități publice, precum și în relațiile cu persoanele fizice sau juridice;

- prezintă celor două Camere ale Parlamentului rapoarte, anual sau la cererea acestora.

Cu ce probleme mă pot adresa Avocatului Poporului?

Te poți adresa Avocatului Poporului cu probleme legate de actele sau faptele administrative ale autorităților publice locale prin care ți-au fost încălcate drepturile și libertățile tale ca persoană fizică.

Notă: Legea include în categoria actelor administrative care fac obiectul activității Avocatului Poporului și pe cele ale regiilor autonome). De asemenea, sunt asimilate actelor administrative tăcerea organelor administrației publice și emiterea tardivă a actelor.

NU fac obiectul activității instituției Avocatul Poporului și vor fi respinse fără motivare cererile privind:

- actele emise de Camera Deputaților, Senat, Parlament;

- actele și faptele deputaților și senatorilor;

- actele și faptele Președintelui României;

- actele și faptele Guvernului;

- actele și faptele Curții Constituționale;

- actele și faptele Președintelui Consiliului Legislativ;

- actele și faptele autorității judecătorești.

Cine se poate adresa Avocatului Poporului?

Instituției Avocatul Poporului i se poate adresa orice persoană fizică, fără deosebire de cetățenie, vârstă, sex, apartenență politică sau convingeri religioase.

Condiții pentru primirea și examinarea cererii

Cererile adresate Avocatului Poporului trebuie:

- să fie formulate în scris și poate fi transmise prin poștă, inclusiv cea electronică, fax ori poate fi depuse personal sau prin mandatar (căruia i se vor solicita în mod obligatoriu datele de identificare) la sediul instituției sau la sediul birourilor teritoriale, cu prilejul audiențelor sau la registratură; Notă: pentru motive temeinice, la solicitare, ți se poate încuviința să îți prezinți oral sau prin serviciul dispecerat cererea, care va fi consemnată de către personalul desemnat în acest scop, pe formulare tip;

- să fie semnată de petiționar;

- trebuie să conțină: 1. informații complete referitoare la datele de identificare ale persoanei lezate în drepturile și libertățile cetățenești (nume, prenume, domiciliu); 2. date despre vătămările produse (drepturile și libertățile încălcate, fapte invocate, descrierea lor); 3. autoritatea administrativă sau funcționarul public în cauză; 4. dovada întârzierii sau refuzului administrației publice de a soluționa cererea, potrivit legii, în termenul prevăzut; 5. mențiunea obligatorie dacă cererea face obiectul unei cauze aflate pe rolul unei instanțe judecătorești sau dacă a format obiectul unei judecăți; 6. precizarea autorităților publice care au fost sesizate anterior; 7. se anexează orice acte care pot susține cererea;

În ce situație cererile NU vor fi luate în considerare?

Următoarele categorii de cereri nu vor fi luate în considerare:

- cererile care nu sunt de competența Avocatului Poporului;

- anonimele (nu se înregistrează) sau cele făcute în numele altei persoane fără acordul acesteia;

- cererile adresate mai târziu de un an de la data la care aceste încălcări s-au produs ori de la data la care persoana în cauză a luat cunoștință de ele;

- cererile vădit nefondate.

Cum lucrează Avocatul Poporului?

Pentru soluționarea cererilor, Avocatul poporului poate să apeleze la oricare dintre următoarele măsuri:

- Anchete. Avocatul Poporului are dreptul să facă anchete proprii, să ceară autorităților administrației publice orice informații sau documente necesare anchetei, să audieze și să ia declarații de la conducătorii autorităților administrației publice și de la orice funcționar care poate

continuare în pag. 19

ANDREA BOCELLI

Andrea Bocelli, (n. 22 septembrie 1958), este un tenor italian de pop opera și cântăreț de operă. Până astăzi el are șapte albume de operă înregistrate (La bohème, Il trovatore, Werther, Pagliacci, Cavalleria rusticana, Carmen și Tosca). A vândut deja peste 65 de milioane de albume peste tot în lume. Născut cu un glaucom grav, Andrea Bocelli a orbit total la vârsta de 12 ani după un accident de fotbal.

Bocelli s-a născut și a crescut într-o familie de fermieri. La vârsta de 6 ani a început să ia lecții de pian și apoi de flaut și saxofon. El și-a petrecut toată copilăria însoțit de muzică. În 1970, la 12 ani, a orbit în urma unei lovituri la cap într-un un meci de fotbal. În același an, a câștigat prima sa competiție muzicală, Margherita d'Oro în Viareggio, cu "O sole mio". După ce a absolvit școala secundară în anul 1980, a început să studieze Dreptul la Universitatea din Pisa. După ce a obținut titlul de Doctor în Avocatură, a lucrat ca avocat la curtea de justiție din Pisa. Pentru a se întreține, Bocelli a cântat seara în baruri. De asemenea, în 1992, el a urmat o clasă de maeștri cu tenorul italian Franco Corelli.

În 1992, starul rock italian Zucchero a înregistrat cu Bocelli un cântec de al său, Miserere, de pe albumul cu același nume pentru a i-o trimite tenorului italian, maestrul Luciano Pavarotti. După ce l-a auzit pe Bocelli cântând, acesta i-a spus lui Zucchero: "Mulțumesc că ai înregistrat un cântec atât de frumos. Nu ai însă nevoie de mine pentru a-l cânta. Lasă-l pe Andrea să cânte cu tine. Deocamdată pentru acest cântec nu există unul mai bun". În februarie 1994 Bocelli a intrat în Festivalul San Remo la secțiunea Nouveniti cu cântecul Il mare calmo della sera, câștigând. Albumul său de debut, numit dupa cântec, a fost lansat imediat.

Drept câștigător al concursului de la Sanremo din 1994, Bocelli a fost invitat să cânte iarăși, de data aceasta cântecul „Con te partiró" (Voi pleca cu tine). Acest cântec a apărut și pe albumul său intitulat BOCELLI, care a fost produs de către Mauro Malavasi și lansat în primăvara lui 1995. În 1996 Bocelli a fost invitat să cânte împreună cu soprana engleză Sarah Brightman pentru campionul mondial la box (IBF) Henry Maske. Sarah Brightman a continuat să cânte cu Bocelli, schimbând titlul cântecului „Con te partiró" în „Time to say goodbye" (E timpul să spunem adio); aceștia l-au reînregistrat împreună cu Orchestra Simfonică din Londra. O variantă a cântecului „Time to say goodbye" numită „Time to say Hello" este încă în lucru și se pare că urmează să fie lansată în 2009.

Albumul său de debut internațional din 1997, intitulat „Romanza", lansat în primavără, i-a extins faima în întreaga lume. La 3 martie 1997 Bocelli a apărut în Hamburg, Germania împreună cu Sarah Brightman pentru a primi premiul ECHO pentru Cel Mai Bun Single al Anului. În august a luat parte la Festivalul Puccini din Torre del Lago în Italia. Toată vara a ținut 223 de concerte în aer liber în Germania, dar și concerte în sală, ca de exemplu la 31 august în Oberhausen.

La 14 septembie el a primit în München premiul ECHO Klassik pentru bestseller-ul anului pentru albumul său „Viaggio Italiano". La 27 septembrie, întors în Bologna, a cântat pentru Papa Ioan Paul al II-lea.

Bocelli și-a făcut debutul în operă printr-un rol major, Rodolfo, din La Bohème la Teatrul Comunal din Caliagri. Pe 19 aprilie, Bocelli a intrat pe piața americană printr-un concert la J.F.K. Center for the Performing Arts în Washington D.C.

-sfârșit-

Din volumul: „Personalități cu handicap care au influențat istoria"
autoare: BENCZE MARTA IOZEFINA
Un proiect Fundația Licinium
Conținutul lucrării Fundația Licinium (texte, imagini, concept grafic) este protejat de legea dreptului de autor și este proprietatea Fundației Licinium.
Preluat cu permisiunea autoarei

„Degeaba ştii să citeşti dacă nu ai citit niciodată Biblia!”

Roditor în ţara întristării mele

Cornel Popescu

Una dintre cele mai frumoase imagini ale omului care și-a găsit rostul vieții și a făcut din Dumnezeu unica sursă de echilibru și fericire este cea prezentată în Psalmul 1. El este asemănat cu „un pom sădit lângă un izvor de apă”.

Aici nu este vorba de cineva care nu știe ce este necazul și dezamăgirea, durerea și descurajarea, un privilegiat al lui Dumnezeu. De fapt nici acest psalm și nici restul Bibliei sau realitate însăși, nimic nu ne dă voie să credem că există pe acest pământ un om neatins de consecințele păcatului. Acest psalm vorbește de cineva care, indiferent de cât de vitregă îi este soarta, câte pericole vin de sus sau de jos, el găsește în Dumnezeu o continuă sursă de liniște și speranță, un permanent scop, o continuă motivație. De fapt, în ansamblul ei, Biblia întărește convingerea că un caracter nobil este șlefuit în cuptorul suferinței și dobândit în continua conectare la puterea divină.

Unul dintre cele mai frumoase caractere prezentate în Biblie, și care poate au existat vreodată pe acest pământ, este cel al lui Iosif. În numele pe care el îl dă celui de-al doilea copil (Efraim – rodire), Iosif rezumă durerea propriei experiențe, amintind în același timp că pe termen lung Dumne-zeu încununează viața celui care își încredințează viitorul în mâna Lui. „Roditor în țara întristării mele” poate deveni un nume generic, un simbol pentru trecerea omului pe această planetă, care, pe zi ce trece, devine o gazdă tot mai nepoliticoasă.

Experiența amară a vieții lui Iosif începe odată cu vânzarea acestuia de către frații lui unui grup de ismaeliți pentru a fi dus sclav în Egipt. Durerea este cu atât mai mare cu cât până la vârsta acea nu experimentase prea mult suferința și dezamăgirea. Acesta este momentul în care are de ales între a-și pune încrederea în Dumnezeu, sau a se descuraja, considerînd că totul s-a prăbușit pentru el, că soarta i-a fost potrivnică și că destinul nu poate fi schimbat.

Deși în zilele acelea Egiptul era o națiune prosperă (Gen. 13 :10), și într-o oarecare privință lui Iosif i-a mers bine în Egipt, pentru el Egiptul a rămas țara întristării lui, deoarece problemele lui au fost mai degrabă de natură sufletească, relațională și spirituală.

În primul rând, în Egipt el experimentează din plin singurătatea. Vândut de frați și departe de tatăl său, el înțelege că nu trebuie să aibă prea mari așteptări de la cei din jur. În Egipt nu există tată, frați, prieteni. Fiecare se gândește la el, la afacerile sau plăcerile lui. Celălalt devine important în măsura în care poate fi util.

Păcatul a adus în lume înstrăinare. Am învățat foarte bine să fim oficiali, însă în același timp se poate observa ușor cât de superficiali am devenit în relații. În realitate, bucuriile nu avem cu cine să le împărtășim, iar durerile ni le purtăm singuri, mărșăluind fiecare sub propria povară, neîndrăznind să cerem un dram de ajutor, pe care, oricum, nimeni nu este dispus să ni-l ofere. Ca și în cazul lui Iosif și al fraților săi, nu doar că brânza primită de la frate ajunge să fie pe bani, ca în vechea zicală, ci chiar frăția este un bun prilej de a face bani. O speranță ar putea veni de la Tata, dar El parcă este prea departe și se pare că nici nu știe de singurătatea noastră și, până la El, deocamdată ne vând frații.

Iosif slujește apoi în casa lui Potifar, așteptând doar un dram de considerație și puțin respect față de valorile sale spirituale, însă, când încearcă să fie altfel refuzând avansurile soției lui Potifar, îi este uitată slujirea, este aruncat în temniță și lăsat să piară.

În zadar și astăzi se așteaptă recunoștință. Ești util - ești important, ai ceva probleme - mergi și le rezolvă apoi vom mai vedea. Tu trebuie doar să servești - nu primești decât ce câștigi din greu și nu totdeauna cât ai merita. Aruncat și uitat în temnița indiferenței, în zadar aștepți să-și aducă cineva aminte de tine, în afara faptului că devii iarăși util.

Am putea să-l lăsăm mult să vorbească pe Iosif de întristările lui, întristări care aproape toate au venit din partea semenilor, uneori chiar din partea celor mai apropiați. Am putea, de asemenea, să ne descărcăm fiecare durerile și dezamăgirile, atâta cât ar putea suporta hârtia, dar dincolo de toate acestea poate că ar fi mai important să vedem ce anume a rodit el în țara întristării lui și care a fost izvorul din care și-a alimentat resursele.

Viața lui Iosif a luat o traiectorie diferită în momentul în care, datorită relației lui cu Dumnezeu, a reușit să salveze Egiptul de la dezastru, ba chiar și națiunile din jur. În urma acestei experiențe, viața lui se schimbă total. Își întemeiază în Egipt o fa-

continuare în pag. 5

continuare din pag. 4

milie, este acceptat așa cum era - un tânăr evreu apreciat într-o țară străină, primește proprietăți și chiar are parte de reparații morale, însuși Faraonul spunând: „Unde am putea găsi un om ca acesta? Nu este nimeni atât de priceput.”

Ce anume l-a ajutat pe Iosif să suporte suferința și abandonul, până când Dumnezeu a crezut de cuviință să schimbe totul în viața lui?

În primul rând este posibil ca să-l fi ajutat un obicei pe care l-a dobândit din copilărie. Când avea ceva probleme știa că nu le putea discuta cu frații lui și atunci mergea și sta de vorbă cu tatăl său. Dar ce s-a întâmplat când tatăl nu a mai fost? Acesta a fost momentul în care el a înțeles că Dumnezeu - Tatăl tuturor, poate fi permanent alături și dispus să asculte și să intervină. Nici astăzi mâna lui Dumnezeu nu s-a scurtat, iar atenția și dragostea Lui a rămas aceeași. El poate să fie tot atât de aproape de cel părăsit cum a fost de Iosif. David spune: „Pe când eu îi iubesc, ei îmi sunt potrivnici; dar eu alerg la rugăciune.” (Ps.109:4). Iosif așa a făcut mereu și bunătatea Domnului se așeza peste el în același mod în care îl acoperea cândva haina pestriță pe care i-o dăruise tatăl lui. Dumnezeu așteaptă și astăzi oameni dispuși să-și descarce poverile înaintea Lui, și nu doar că este dispus să ne asculte și să ne ofere mângâiere, dar El chiar vrea să le poarte în locul nostru. Decât să alergăm să ne descărcăm poverile înaintea altor purtători de poveri, mai degrabă să alergăm la Tatăl nostru care are și posibilitatea și dispoziția să ne ajute.

Un alt lucru care l-a ajutat pe Iosif este acela că el și-a urmat în orice condiții visurile, aspirațiile, a vrut cu toată tăria ca planul lui Dumnezeu să se împlinească în viața lui. Inițial nimeni nu l-a crezut, iar la un moment dat părea că se alege praful de ceea ce îi descoperise Dumnezeu. Totuși, el și-a urmărit visul, așteptând continuu ca Dumnezeu să lucreze în viața lui ceea ce îi făgăduise. Cine ar mai fi crezut, când Iosif era întemnițat în Egipt, că visul despre înălțarea lui se mai putea împlini? Și totuși, lucrul acesta s-a întâmplat pentru că Iosif nu a fost „făuritorul de vise”, așa cum l-au numit frații lui, ci „descoperitorul de taine”, cum a fost numit de Faraon. Dumnezeu avea un plan cu el, iar el nu voia, prin atitudinea lui în necaz, să se opună planului lui Dumnezeu.

Dumnezeu are un plan cu fiecare, și toți suntem datori să urmărim planul Lui, să-l înțelegem voința în ceea ce ne privește și să ne lăsăm călăuziți, chiar dacă acest lucru presupune trecerea prin greutăți sau o lungă așteptare. La final se va vedea diferența între omul cu viața călăuzită de Dumnezeu și cel care și-a luat destinul în propriile mâini.

Un alt lucru care l-a ajutat pe Iosif în suferința lui, a fost dragostea față de oameni. Isus a spus că cea mai mare poruncă este să iubești pe Domnul Dumnezeul tău cu toată puterea ta, și pe aproapele tău ca pe tine însuți. În ciuda tuturor circumstanțelor, Iosif continuă să-L iubească pe Dumnezeu și de aici derivă puterea lui de a iubi pe oameni, de cele mai multe ori chiar pe cei mai aprigi dușmani. El a iubit pe oameni, nu pentru că a fost iubit de ei, ci pentru că a fost iubit de Dumnezeu. Nu avem scuză pentru a răspunde răului cu rău, indiferenței cu indiferență, urii cu ură. Dacă Dumnezeu ne-a iubit pe noi, noi vom iubi pe oameni ca răspuns la dragostea lui Dumnezeu. Vom ști cât de mult Îl iubim pe Dumnezeu după modul în care ne raportăm la cel pe care avem cele mai puține motive să-l iubim.

O altă sursă de putere a fost faptul că Iosif și-a ancorat imaginea de sine în ceea ce credea Dumnezeu despre el, și nu în ceea ce îi transmiteau oamenii. Când este numit „făuritor de vise”, Iosif nu se descurajează, imaginea sa despre sine nu are de suferit când frații săi îl batjocoresc, iar când este numit „descoperitor de taine” de către Fara-on, el nu profită pentru a plăti polițe. La întâlnirea cu frații, el se prezintă ca „fratele vostru”, și nu ca „cel pe care l-ați vândut” .Biblia pune o întrebare în legătură cu acest lucru: „ce te face deosebit, ce lucru ai pe care să nu-l fi primit?” Ceea ce avem și ceea ce suntem, Îi datorăm lui Dumnezeu, așa că nu trebuie să ne calificăm după cum gândesc ceilalți despre noi, une-ori chiar cei mai apropiați, ci să ne lăsăm calificați de Dumnezeu, care ne amintește că suntem prețuiți de El în orice situație ne-am afla. Aceasta înseamnă că o imagine echilibrată de sine o putem dobândi doar în relația noastră cu Dumnezeu. Iosif stie să fie și rob și conducător, depinde de locul în care vrea Dumnezeu să-l folosească și de unde poate servi mai bine pe oameni. Spre deosebire de el, frații lui sunt pe rând stăpâni - atunci când l-au vândut, și robi - atunci când aveau nevoie de hrană. Totul depindea de cum le era lor bine. Este mare lucru să poți fi același, să fii tu însuți indiferent de situație.

Nu-i așa că Iosif seamănă cu un pom sădit lângă un izvor? Aceeași sursă de liniște, de echilibru și succes este la îndemâna oricui. Poate că te afli în temniță sau la palat, în valea plângerii sau pe culmile succesului, aceasta contează mai puțin dacă îți dai seama că viața ta nu este rodul întâmplării, ci ea este călăuzită de Dumnezeu. Doar așa poți fi roditor pe acest pământ - țara întristării tale.

-sfârșit-

Regele care căuta fericirea

Acum multă vreme a trăit un rege care, în ciuda stilului său de viață luxos, nu era nici fericit, nici împăcat cu sine însuși.

Într-o zi, regele a dat peste un servitor care cânta fericit în timp ce lucra. Acest lucru l-a făcut pe rege să se întrebe de ce el, Conducătorul Suprem al ținutului, era nefericit și posomorât, în timp ce un umil servitor avea atât de multă bucurie în viața lui?

Regele l-a întrebat pe slujitor: „De ce ești atât de fericit?"

Omul a răspuns: „Majestate, eu nu sunt nimic altceva decât un servitor, iar familia mea și cu mine nu avem nevoie de prea mult - doar un acoperiș deasupra capului și mâncare caldă pentru a ne umple stomacul".

Regele nu a fost satisfăcut cu acest răspuns. Mai târziu în cursul zilei, el a cerut sfatul sfetnicului său de încredere. După ce a ascultat problema regelui și povestea servitorului său, sfetnicul a replicat: „Majestate, eu cred că servitorul nu face parte din Clubul 99".

„Clubul 99? Ce anume este acesta?", a întrebat regele.

Consilierul a răspuns: „Majestate, pentru a înțelege cu adevărat ce înseamnă Clubul 99, puneți 99 de monede de aur într-o pungă și lăsați-o la ușa acestui slujitor".

Când servitorul a văzut punga, a luat-o cu el în casă. Când a deschis-o, un mare strigăt de bucurie s-a auzit venind din casa lui...

Atât de multe monede de aur! El a început să le numere și, după ce le-a numărat de mai multe ori, s-a convins că erau 99 de monede.

Dar o întrebare nu îi dădea pace servitorului: „Ce s-ar fi putut întâmpla cu ultima monedă de aur? Cu siguranță, nimeni nu ar lăsa doar 99 de monede!"

A căutat peste tot, dar ultima monedă lipsea.

În cele din urmă, epuizat, el a decis că trebuie să muncească mai mult decât oricând pentru a câștiga acea monedă de aur și a întregi suma.

Din acea zi, viața slujitorului s-a schimbat: muncea foarte mult, a devenit morocănos și își critica familia pentru că nu îl ajuta să câștige acea monedă de aur.

Chiar s-a oprit din cântat în timp ce lucra. Martor al acestei transformări drastice, regele era din ce în ce mai nedumerit.

Neînțelegând ce s-a întâmplat cu slujitorul său, regele s-a îndreptat din nou către sfetnic pentru a afla un răspuns.

Acesta i-a spus: „Majestate, el a intrat acum în Clubul 99. Clubul 99 este un nume generic pentru acei oameni care au suficient pentru a fi fericiți, dar nu sunt niciodată mulțumiți, pentru că tânjesc mereu după mai mult și se luptă pentru acel 1 în plus, spunându-și în sinea lor: "Trebuie să obțin acest ultim lucru și apoi voi fi fericit pentru toată viața".

Morala:

Putem fi fericiți chiar și cu foarte puțin în viața noastră, dar în clipa în care primim ceva mai mare și mai bun, începem să ne dorim chiar mai mult.

Ne pierdem somnul, fericirea, rănim oamenii din jurul nostru. Toate acestea ca preț pentru dorințele și nevoile noastre aflate mereu în creștere".

-sfârșit-

Mica enciclopedie de sănătate

E bine să stim

Nemulțumirea și frustrarea

dăunează grav sănătății

Articol semnat de **Mârzac Diana - Maria**
Asistent Director Fundaţia Alinare

În cei șapte ani de acasă, părinții ne învață să mulțumim..., acesta este un semn de politețe... și recunoștință.

Însă se întâmplă că uneori, deși buzele noastre rostesc mulțumiri, inimile noastre sa fie invadate de întrebări, supărări, nemulțumiri și frustrări...

Trăim într-o lume a diferențelor între ceea ce simțim și ceea ce spunem... de exemplu, nutriționistul și medicul spun: e bine să mănânci mai multe verdețuri, și mai puține produse de origine animală, noi mulțumim pentru sfat, însă după ce ieșim pe ușă, faptele lasă să se înțeleagă că noi știm mai bine ! Pastorul sau preotul spune o cuvântare în care vorbește de iertarea semenilor... noi mulțumim de sfat, însă la colț ne întâlnim cu semenul cu pricina... si nu putem să îl sălutăm...

Frustrarea face și ea parte din paleta de diferențe... Doi copii se joacă afară; cel mai mare îl necăjește deseori pe cel mai mic, care încearcă să riposteze, însă fără șanse... cu cât încearcă mai mult cu atât mai supărat este pentru că nu reușește să îl oprească pe celalalt... Părinții îi împacă până la urmă, pe moment... însă nu își dau seama că acele perioade de tensiune au creat o distanță între copiii care mai tarziu vor fi percepute diferit - cel mare va crede că au fost niște copilării, în timp ce pentru celălalt sunt traume de care isi va aduce aminte cu frustrare de-a lungul vietii... La serviciu, un angajat cere o mărire de salariu, având în vedere vechimea în muncă și abilitățile sale pe care le-a pus la dispoziția angajatorului fără rezerve, însă i se spune că dacă nu ii convine retribuția, poate să plece în altă parte. Angajatul iese din birou tăcut în acel moment... însă randamentul său la lucru devine din ce în ce mai slab și mai sinuos...

> ***"Nemulțumirea este rezultatul dureroasei poveri de a cere de la viață doar ce vrei tu..."***
> Debby Jones

Definiții

Nemulțumirea și frustrarea sunt două atitudini înrudite care ne dau foarte multe bătăi de cap de-a lungul vieții.

Nemulțumirea - este o stare interioară negativă care se exprimă prin supărare, mâhnire, sentimente care apar în urma insatisfacției, neajunsurilor, neplăcerilor, necazurilor vieții, lipsei unei aprecieri, nerecunostintei. Nemulțumirea poate avea cauze reale dar și cauze ireale, adică avem tendința de a distorsiona sau hiperboliza anumite incidente din viața noastră (ca in proverbul „din țânțar, faci armăsar"). Mare parte dintre nemulțumirile noastre, dacă sunt observate la timp, pot fi rezolvate.

Frustrarea - este tot o stare afectivă negativă, de neîmpăcare (ceartă) cu sine și cu ceilalți, care se declanșează în interiorul unui individ sau a unui grup, atunci când aspirațiile ambițioase prea înalte întâlnesc nivelul real de capacități și se realizează că sunt imposibil de îndeplinit în condițiile date sau atunci când un individ sau un grup este lipsit de un drept sau de un bun, și se simte păgubit, înșelat.

Nemulțumirea se referă la accentuarea părții negative a unei situații, în timp ce frustrarea înseamnă acumularea mai multor momente de nemulțumire nere-zolvate și hrănirea lor până când acestea devin adevărate ziduri între noi și ceilalți.

Motive care pot accentua stările de frustrare pot fi: privarea de hrana corespunzătoare, de somn, de activitate socială, sau întâlnirea unui obstacol în calea împlinirii dorințelor sau trebuințelor (pierderea locului de muncă, datorie în momentul contractării unui credit bancar, incapacitatea de a ajuta pe cineva care suferă de o boală incurabilă, etc.). Obstacolele întâmpinate de un individ pot fi atât externe cât și interne, însă în definirea frustrării accentul cade pe subiectivitatea individului, întrucât același obiect exterior poate produce efecte diferite asupra a doi indivizi diferiți. O nemulțumire analizată și nerezolvată va duce la acumularea ei în coșul de frustrări, lucru care îngreunează capacitatea ființei umane de a mai observa noutățile, bucuriile și împlinirile fiecărei etape a vieții și încercărilor prin care trecem. Nemulțumirea își ascute sabia când vine vorba de ceilalți, în timp ce cu sine, sabia este din ce în ce mai blândă și deci individul devine din ce în ce mai concentrat pe propria persoană. Trist este - cu cât suntem mai nemulțumiți, cu atât devenim mai singuri, și mai nebăgați în seamă, pentru că ceilalți nu au soluții pentru starea noastră.

Nemulțumirea este contagioasă? Este ereditară?

Există acel vechi proverb "spune-mi cu cine te însoțesti, ca să îți spun cine ești", care își dovedește încă odată acuratețea . Cu cât petreci mai mult timp pe lângă o persoană care este tot timpul nemulțumită, cu atât mai obișnuit vei fi să adopți o astfel de atitudine.

Deși această atitudine nu este ereditară, totuși avem predispoziția de a imita și însuși ceea ce am văzut la proprii părinti, bunici, profesori: lipsă de incredere în sine, predispspoziție spre a se plânge sau a-și plânge de milă.

Adolescenții, în perioada de pubertate, se plâng unii altora, nu sunt mulțumiți cu ceea ce sunt, cum le stă părul, ce corp au, și multe alte lucruri pe care le observă la ei, și pe care le pot schimba într-o anumită măsură sau nu.

În căutarea perfecțiunii... de imagine

Trebuie să fim onești în a recunoaște că lumea în

continuare în pag. 8

continuare din pag. 7

care trăim nu oferă mediul potrivit pentru perfecțiune. Oricât am încerca să mimăm perfecțiunea, ea nu poate fi atinsă! Diversitatea își are frumusețea ei! Chiar dacă nu avem un aspect fizic notabil, sau dacă nu avem o capacitate intelectuală peste nivelul normal, sau dacă nu avem un job de top, aceasta nu înseamnă că nu avem nici un rost pe pământ! Lumea se autoamăgește construindu-și eroi și eroine perfecte (de film, de show sau de afaceri), pe care le copiază fără să înțeleagă de ce, și consumând produsele ”perfecte” pe care le poate procura la cel mai bun pret (cel mai bun detergent, cea mai bună canapea, cele mai bune rimeluri, etc); toate acestea în goana de a fi în vârf, unde credem ca e altă dimensiune. De fapt aceasta este cea mai veche amăgire care a pornit chiar din Eden – “ Adam și Eva, dacă veti mușca din acest fruct, veți deveni mai strălucitori, mai frumoși , mai inteligenți... mai deasupra Tuturor și a Tot”

Preocuparea pentru perfecțiunea de fond (să îi spunem așa): de a face tot ce ține de noi pentru a ne respecta conștiința și angajamentele de orice tip - a ne duce termenele de lucru la bun sfârșit, a ne ține de promisiuni, de a avea relații durabile, a ne pune ținte realiste - a fost înlocuită cu preocuparea după perfecțiunea imaginii (să arăt cât mai bine) dar și perfecțiunea popularității (să am cât mai mulți prieteni-cunoștințe).

Frustrarea crește când îți dai seama că ai fost păcălit... și că o viață întreagă ai gonit după a fi ca ceilalți, de a avea ceea ce au ei... în loc să fii ceea ce ești și să valorifici ceea ce ai!

Există în lumea aceasta multe motive pentru care poți fi nemulțumit, iar lipsa perfecțiunii poate fi unul dintre cele mai frecvente, de aceea este bine să conștientizăm nevoia de a renunța la standardele superficiale de imagine și de a ne concentra asupra unor standarde mai profunde, care țin de interior.

Este adevărat că nemulțumirea poate afecta grav sănătatea? În ce fel?

Înțeleptul Solomon spunea că: *„O inimă veselă este un bun leac, dar un duh mâhnit usucă oasele.”* Proverbe 17:22

Gândurile de mâhnire și frustrare sunt un factor de stres, iar acestea provoacă în organism un dezechilibru, dacă expunerea este prelungită. Stresul duce la creșterea nivelului de cortizol, care poate cauza tensiunea arterială, glicemie, și infertilitate la femei. Când secreția acestui marker de stres depășește anumite limite, sistemul imunitar începe să reacționeze față de substanțe din organism care în mod normal sunt lăsate în pace – ceea ce poate fi pus în legătură cu posibilele reacții/afecțiuni autoimune. De asemeni, când organismul este în alertă, primul simptom pe care imunitatea îl declanșează este ridicarea temperaturii corpului (temperatura). Atunci când suntem triști, nemulțumiți, mintea noastră este privată de endorfine (niște substanțe care ne dau starea de bine).

Atunci când centrul de comandă al corpului și sediul minții - creierul suferă, întreaga activitate din corp este îngreunată. De aceea trebuie să avem grijă cum reacționăm în fața situațiilor limită și cum gestionăm problemele.

Cum să faci față frustrării?

Există pași simpli pe care putem să îi facem pentru a preveni cronicizarea frustrărilor. Iată ce recomandă psihologii:

“1. începe de acum să îți pui întrebări relevante. Atunci când ești frustrat, este foarte simplu să pui întrebări care nu rezolvă situația, de genul: „De ce mi s-a întâmplat tocmai mie?“, „De ce viața este atât de nedreaptă?“. Este necesar să ne punem întrebări care, în loc să ne blocheze resursele, ne deschid noi uși: „Ce este cu adevărat important pentru mine?

2. păstrează-ți concentrarea - identifică problema. În mijlocul unei crize este foarte ușor să-ți pierzi concentrarea. Se spune că o problemă bine definită este o problemă pe jumătate rezolvată. Pe măsură ce se desfășoară experiența dramatică, cel mai bun lucru este să urmărești rezultatele și să redefinești continuu problema.

3. ia o pauză. Este important să iei o pauză. Nu lăsa problema să te obsedeze. Din când în când, este esențial să te distanțezi puțin de evenimentele curente. Oprește-te pentru un timp. O plimbare în parc ar fi o idee bună. Vei fi surprins să descoperi cât de multe se pot rezolva când lați mintea sa se relaxeze.

4. privește totul in perspectivă. Frustrarea este o reacție emoțională. Nu se întâmplă în afară, ci are loc în interiorul tău. Observă cu atenție momentele când ești frustrat(ă). Nu te judeca prea aspru, blamarea nu va rezolva nimic. În schimb, întreabă-te: „Peste trei ani va mai avea sens să fiu supărat(ă) din această cauză?“ Mai mult ca sigur că nu.

5. Fă haz de necaz. Suntem în permanență vulnerabili la stres din cauza faptului că luăm totul mult prea în serios. Învață să râzi de tine sau de situație. Lucrurile care par supărătoare în prezent vor părea pline de umor mai târziu.

6. Cere ajutor! O situație frustrantă devine de multe ori suportabilă când este împărtășită unui prieten sau unui cadru specializat.

Prin gândire rațională, logică, putem să ne ferim de nemulțumiri și frustrări. Iată câteva exemple (www.smartrecovery.org):

1. (Gândire rațională) Nu îmi place aceasta situație!

(Gândire irațională) Această situatie trebuie să se schimbe așa cum vreau eu, pentru că altfel nu pot suporta și nu simt decât nefericire!

2. (Gândire rațională) Mi-ar plăcea să am rezultate cât mai rapide!

(Gândire irațională) Trebuie ca rezultatele să apară cât mai repede, altfel viața mea va fi îngrozitoare!

Partea goală sau partea plină a paharului?

“E mult mai la îndemână să vedem partea goală a paharului decât partea plină, la fel de bine cum este mai ușor sa zărim negrul dintr-o paletă de culori aprinse...” spunea cineva. “Stă în firea omenească o oarecare tendință spre autodistrugere, spre autocompătimire – răul e totdeauna mai fascinant decât binele.”

În lumea aceasta firea noastră este din ce în ce mai slabă în ceea ce privește rezistența la sentimente negative și la obiceiuri greșite. Fără să ne dăm seama, pe tăcute, ne trezim că totul se năruie: perspectivele, visele, sensul vietii, stima de sine și de ceilalți și sănătatea.

Motive se pot găsi mereu, și dacă nu sunt se pot inventa cu așa mare lejeritate încât uneori par naturale și de sine stătătoare. Cea mai mare problemă o întâmpinăm la nivel de așteptări - vrem să se întâm-

continuare în pag. 12

...::: Un mod de viață: Asociația „Ridică-te și umblă” :::...

O casă a prieteniei: Sinaia

GEORGE UBA - președinte
Asociația „Ridică-te și umblă”

Un om bogat a intrat într-o zi într-un sat și le-a făcut sătenilor o ofertă uluitoare. Le-a dat tuturor o sumă mare pe casele lor, dorind să le cumpere pe toate. Niciunul dintre ei nu a stat pe gânduri și oamenii și-au dat casele cu mare bucurie știind că în banii ce îi primeau era putere mare de a cumpăra chiar două – trei case de fiecare. Doar un bătrân ce avea o casă în mijlocul satului nu a vrut să accepte în ruptul capului. Bogatul a dublat suma. El nimic. A triplat-o. Nici gând s-o vândă. Apoi omul bogat a spus o sumă de îți venea amețeala dacă o auzeai. A stat puțin în cumpănă și a spus... nu! Întreprinzătorul bogat a demolat toate casele și a construit case noi pe care le-a vândut la puterea de cumpărare a sătenilor care și-au vândut casele vechi. Toți au venit înapoi în satul lor, și au cumpărat de la omul bogat case mult mai mari și mai frumoase. Nici ei nu înțelegeau care era câștigul marelui afacerist, dar nu au stat pe gânduri când a venit a doua mare afacere. Ba chiar le-au rămas și bani după ce au cumpărat casele, și nu puțini. Doar bătrânul, care nu și-a vândut casa striga în fiecare zi că a fost singurul curajos care nu și-a înstrăinat proprietatea și se lăuda cu curajul lui, în timp ce casa lui veche și șubredă a cazut într-o zi peste el.

Într-o traducere actualizată această parabolă spune așa: la Sinaia s-a achiziționat de către un Mare Proprietar o casă și a fost ”vândută” Asociației ”Ridică-te și umblă” pentru a fi mult mai frumoasă și mai utilă decât o casă destinată uzului personal. A fost dată (căci datorită Lui o avem) pentru a fi o casă exclusiv pentru persoanele cu dizabilități, unde să vină în fiecare an și oricând pentru a se recrea, pentru recuperare și pentru întâlniri de sărbătoare. Casa va fi dedicată prieteniei și bucuriei de a fi împreună a celor care doresc să iasă din obișnuitul habitatului lor și să lege relații de neuitat.

Mulțumiți și totuși... vrem mai mult!

În condițiile actuale, vila, poziționată lângă hotelul Mara, unde se întâlnește acum filiala Sinaia, are un decor frumos și foarte accesibilă, de curând fiind asfaltat drumul care duce la ea. Parțial accesibilizată, vila poate caza 30-50 de persoane, în condiții bune de cazare și confort. Dar noi suntem mulți și, după înființarea filialei Onești, pe data de 19 oct., numărăm peste 1.000 de persoane cu dizabilități. Lângă casa achiziționată avem o fundație pe care dorim să construim o sală mare și spații de cazare pentru încă 50-60 de persoane ca să fie familia mare la fiecare întâlnire. Deci acest vis este al doilea după împlinirea primului, și credem că putem gândi la al treilea vis, când vom avea acolo și o sală de recuperare, cu medici și kinetoterapeuți gata să lucreze la o independență atât de dorită. După fiecare împlinire se vor mai stârni și alte visuri, pe care Marele Proprietar ni le va realiza pentru simplu fapt că Îi place să ne ofere mereu ceva mai bun. Asociația ”Ridică-te și umblă” este mandatată să împroprietărească pe toți cei care, dintre persoanele cu dizabilități, vor o casă a lor în care să locuiască uniți, după plăcere, doar pe baza prieteniei și a descoperirii unui scop înalt și nobil.

Garantăm

Un lucru am dori să fie limpede și curat: nu urmărim nici un alt scop decât un bine nemurdărit de motive străine de adevărul frumos al familiei noastre, unde vrem să păstrăm numele bun al onestității și al cinstei. Garanția intențiilor noastre se vor măsura prin ceea ce am fost până acum și mai ales prin ceea ce vom oferi în continuare. În teamă de Dumnezeu, vom chema doar voluntari, care știu să prețuiască oamenii în suferință și care vor da din preaplinul lor daruri sufletești și chiar pe ei înșiși. Dacă cineva dintre noi nu va respecta această dispoziție a inimii, nu vom accepta să mai rămână, deoarece voința Celui de Sus este suverană. Și pentru că vă prețuim, vă spunem: fiți bineveniți în casa voastră de la Sinaia!

-sfârșit-

PĂRINȚII MEI

Zi de zi mereu munciți
Și din greu vă străduiți
Bani, mulți bani să câștigați
Ca s-aveți să cumpărați
Cât mai multe jucării
Pentru-ai voștri dragi copii
Ca să-i țină ocupați
Cât timp voi îi neglijați
Și munciți, din greu munciți.
Și din greu vă străduiți
Bani, mulți bani să câștigați
Ca s-aveți să cumpărați
Cât mai multe jucării
Pentru-ai voștri dragi copii.
Ca să-i țină ocupați
Cât timp voi îi neglijați
Și munciți, din greu munciți.
Și din greu vă străduiți
Bani, mulți bani să câștigați
Ca s-aveți să cumpărați
Cât mai multe jucării
Pentru-ai voștri dragi copii.
Ca să-i țină ocupați
Până ce-o să observați
Că ai voștri dragi copii
Nu mai sunt de jucării...
Ci din contră, au crescut
Oameni mari s-au și facut...

P.S. Mamă, tată, voi munciți
Și din greu vă străduiți
Bani, mulți bani să câștigați
Jucării să-mi cumpărați
Dar eu m-aș simți mai bine
Dac-ați sta mai mult cu mine!

Florian Petrache
Puchenii Mari - Prahova

ÎMI E DOR...

pentru Daniela Jercan - București

Trece timpul ca nebunu și mă trec și eu,
Dar tu nu mai vii și mi-e tare greu.
Te iubesc numai pe tine, nu e vorbă-n vânt,
Te ador frumoasă doamnă îți spun pe cuvânt...

Ești cea mai dragă sufletului meu,
Fără tine scumpo, eu nu mai sunt eu,
Inima mi-ai pus pe jar și nu pot dormi,
Doar alăturea de tine, eu mai pot trăi.

Viața mea se va schimbă, când vei fi cu mine,
Vreau mereu să-mi fii aproape, la greu și la bine.
Îmi e dor să te sărut, să te strâng în brațe,
Și s-avem în viață amândoi mai multe speranțe...

Liviu Tudoroiu
Lipănești - Prahova

TU AI MURIT PENTRU MINE

Am stat o clipă azi și m-am gândit
Și nu-nțeleg de ce Tu ai primit
De ce ai vrut să mori în locul meu
O, Tu Isuse, Fiu de Dumnezeu.

Eu care sunt atât de păcătos
Nu am putut primi dar mai frumos
E darul vieții ce Tu mi l-ai dat
O, da, Isuse sunt un păcătos salvat

Deși nu înțeleg de ce ai vrut
Și nu-nțeleg cum de Tu ai putut
Să urci pe cruce-n locul meu să fii
Cel răstignit, ai vrut făr' să Te opui.

Da, ai suit pe cruce, pe Calvar
Și mi-ai dat mie viața Ta în dar
Dar ce-am făcut, Isuse eu cu ea
Doar ți-am mărit mereu, mereu durerea

Te-am răstignit, Isuse, zi de zi
Dar știu, curând, Tu ai să revii
Să-mi dai o haină albă tot în dar
Și să mă duci în țara de cleștar

Eu nu-nțeleg dar vreau ca să primesc
Și vreau o veșnicie să Îți mulțumesc.

Dinescu Emilia
Valea Stânii - Argeș

DE AM PUTEA

Când inima de durere îți plânge
Când de dezămăgire ai striga urlând
De am putea ca și gândul oriunde ajunge
Nu te-ai trezi în noapte suspinând.

Viața ta de ar începe de mâine
Fără neputințe și tristeți
Ai știi că fiecare zi ce vine
Aduce cu ea bucuria fiecărei dimineți.

Ca roua lacrimile mele și ale tale
Ca printr-un miracol ar dispărea
Când soarele pe a vieții cale
Să-l avem prezent de am putea.

Fără dureri și fără cărucioare
De am porni mereu pe drum
Nu ne-am simți ca frunza pe cărare
Pierduți în lume ca mine acum.

De am schimba această lume
În care să trăim fără răutăți
Iubirea ne-ar uni sub un nume
Al credinței, sfintei divinități.

Vali Fencea
Ciutelec Bihor

BANII NU SUNT TOTUL

În această lume sunt foarte mulți dintre oameni,
Care iubesc foarte mult, enorm de mult banii,
Și nu le pasă de semenii din jurul lor,
Pentru ei nu există nimic în afara banilor.

Banii stau la Bancă sau doar într-o cutie,
Acolo unde proprietarul lor îi ține,
Iar ca valoare au o mică valoare materială,
Folosindu-se de ei la partea comercială.

Când dragoste, iubire, prietenie sufletul dorește,
Banii stau acolo în cutie fără să le pese,
Când sufletul omului suferă ei nu pot să vadă,
Căci banii n-au suflet, sunt lipsiți de viață.

Oricât de mulți bani oamenii ar avea,
Dragostea, iubirea, prietenia nu le pot cumpăra,
Aceste frumoase nu le putem primii,
Decât dacă și noi la rândul nostru le vom oferi.

Așadar banii în viață n-au cum să fie totul,
Trebuie să-i iubim pe semenii din jurul nostru,
Și de vrem să avem o viață plină de iubire,
Trebuie să rămânem uniți la rău și la bine.

Popescu Nicoleta
Bughea de Jos - Argeș

Talentul... (Creația ta)

GINGĂȘIE DE COPIL

Cu câtă gingășie cristalină
Ne mângâi Doamne întristarea
Cum ai Tu pregătit ce ne alină
Și ne ajută să uităm durerea.

Îți mulțumesc pentru a Ta iubire
Și mila infinită, care uită
Vreau să Te urmez cu-a Ta putere
Chiar dacă inima mi-e frântă.

Balteș Beatrice Irina
București

CÂND ISUS VA REVENI

Când Isus va reveni
Ce-ai să-I spui când te-o întâlni?
Că ai fost foarte ocupat,
N-ai avut timp de meditat.

Te va crede? Unde-ai stat...!
În mocirla de păcat,
Cu mâncări și cu urări,
Cu alcool și cu țigări.

Tu, om păcătos pierit,
Un cuvânt nu ai vorbit,
Că n-ai avut ce să-I spui
Atunci la venirea Lui!

Vei sta tot cu capu-n jos,
Că ai trăit fără folos,
Și ai făcut tot ce e rău...
Va fi vai de capul tău!

Unde vei fugi atunci?
Vei fugi la munți și stânci,
Și acolo te va găsi,
De focul Lui vei pieri.

Vei fi ars ca un tăciune
Cu alți păcătoși din lume
Care nu s-au pocăit
Până în ziua de sfârșit.

Vino azi... că te-a iubit,
Tu ești rob nenorocit
Fără tată, fără frate
Hristos te scapă de la moarte.

Petrică Lupu
Țigănești - Teleorman

EBOLA

Vai Doamne, ce se-ntâmplă
Lumea asta anapoda se-nvârte
Atâtea razboaie și molime cumplite
Cutremure, furtuni, mulțimile-ngrozite.

Din țări îndepărtate se răspândește moartea
Facând pe bieții oameni să tremure de spaimă
Și-acuma fiecare cutremurat de groază
Privind cerul albastru numele Tău Îl cheamă.

O fi târziu Isuse, mai poți să ne asculți
Fiind atât de bun, mai vrei să ne ajuți?
Sau ne abandonezi ca să murim cu zile
Noi asta meritâm, că n-am crezut în Tine.

Că șarpele cel vechi ne-a strecurat în suflet
Cu-atâta viclenie sămânța de-ndoială
Încât am îndrăznit pentru-ale noastre fapte
La Creatorul nostru să nu dăm socoteală.

Dar suntem vinovați și-oricât ne-am strădui
Nu vom putea vreodată ca să ne spălăm pata
Oricum nu e departe nici ziua cea-n care
În fața Creatorului cu toți vom da socoata.

Au fost războaie, sute, și-au murit milioane
Ce mai contează oare de vom muri și noi
O să murim de boală, acum pe timp de pace
Tot cum am fi murit de gloanțe în război.

Avem o datorie să cerem îndurare
Nu pentru noi, pentru copii, pentru nepoți,
Pentru nepoate ne iartă, Doamne
Din greșeli și, de asemeni, din păcate.

Tu ne-ai creeat o, Doamne, și planul n-a fost rău
Să populăm pământul doar în numele Tău
Și-acum Te-ai supărat și vrei să ne ucizi
Așa cum ai strivi doi viermi și trei omizi.

Atunci, să plecăm capul, să cerem îndurare
Știind că mila Domnului este atât de mare
Căința sinceră, pedeapsa o înmoaie
Iar capul cel plecat, sabia nu-l mai taie.

Cucu Mitică

MAMĂ, UNDE EȘTI?

Mă doare inima numai când citesc
Despre „mame”, care-și dau copiii
În mâna unei morți crude și nemeritate!
Par să „uite” că atentând la viitorul omenirii,
Șansa unui viitor veșnic și-o distrug.
Pe zi ce trece, lumea-i mai nedreaptă.
De răutate-i suprasaturat Pământul tot!
Zadanic strigă cei mulți după pace și dreptate,
Că lumea L-a „uitat” pe Domnul Oștirilor!
Sunt acele zile când mama și fiica țin mânie cu anii!
Iar tata cu fiul lui, în ochi nu se mai văd!
Degeaba mai așteaptă lumea asta bine,
Când și-a făcut cu propriile mâini prăpăd!

Pop Mihai
Breb - Maramureș

MĂRTURISIRE

dedicată familiei **Petreacă:**
Ana, Rebeca, Gabriel.
Abel, Cristian și Mariana

Hristoase Îți mărturisesc.
Doar pe Tine Te iubesc.
Păzește cugetul meu.
Izbăvește-mă de cel rău.

În fiecare zi.
Inima îmi luminezi.
Toată viața mea.
Este doar în mâna Ta.

Mă îndemni la rugăciune.
Să dăruiesc roadele bune.
Biblia când o citesc.
Doar la Tine mă gândesc.

Credința ziditoare.
Dăruiește inimii salvare.
Pe Domnul slăvesc.
Pentru toate Îi mulțumesc.

Iisus pașii mei îndreptează.
Drumul veșnic luminează.
Spre tronul Sfintei Treimi.
Cu credință mă îndrumi.

Mincă Elena Gabriela
Alexandria

DOR DE TATĂ

Tată rău mă doare inima
Că-i părăsită casa ta
De aceea mama m-a dat
Să stau la orfelinat.

Că-s bolnav, neputincios
Și îmi trece os prin os
N-are cine mă ajuta
Ca să am și eu casa mea.

Nimeni mamă nu mă vrea
Cum sunt eu bolnav așa
Tu trebuia maica mea
Să mă ții în viața ta.
Să mă iubești și pe mine
Că fac parte doar din tine

Maică eu mă rog la tine
Gândește-te și tu la mine
Și ia-mă mamă acasă
Ca să stau cu voi la masă.

Moldoveanu Aneta

.....Anunțuri de la cititori..... .....Anunțuri de la cititori..... .....Anunțuri de la cititori.....

Nicoleta Ferariu

*Mă numesc Nicoleta Ferariu, sunt mama a patru copii: Denisa de opt ani, Raluca și Gabriel de șase ani și Daria de doi ani. Împreuna cu soțul și cei patru copii locuim la soacra mea, într-o cameră de 10 m2. Gabriel, băiețelul din gemeni, are epilepsie și cataractă la ochiul stâng. A avut și la cel drept, dar cu ajutorul Domnului acum aproape un an l-am operat, dar din cauză că nu avem serviciu nici eu nici soțul, nu avem posibilitate să-l operăm și la cel stâng. De aceia am apelat la d-voastră, care doriți să ne ajutați să putem merge cu el la Iași să-l operăm acolo unde a fost operat și la ochiul drept. acum Gabriel merge la școală dar nu poate scrie. El nu vede liniuțele de pe caiet, medicul zice că trebuie operat urgent, că poate să-l afecteze și pe cel operat pentru că îl prea obosește, deoarece cu cel stâng nu vede nimic. Vă mulțumesc! Cine vrea să mă ajute mă poate suna la **0751-775833**. Vă pot oferi mai multe detalii. Domnul să lucreze după voia Sa!*

Vișan Ioana

*Doresc să cumpăr un cărucior electric. **0248-673012.***

Brebenar Ion

*Am 54 ani, sunt din comuna Domnecea, nr. 235, județul Caraș Severin, tel. **0769-146233**. Am tetrapareză spastică, locuiesc cu mama de 74 de ani, necăsătorit și fără obligații. Atât eu cât și mama avem nevoie de ajutor, așa că facem un apel cald la o femeie care să locuiască cu noi și să ne ajute. Aștept să fiu sunat la telefon.*

Anonim

*Sunt o persoană din Satu Mare, cu handicap gr. 1. Doresc să găsesc pe cineva care să mă ajute pe mine și pe mama mea pe termen nelimitat. Detalii la tel. **0765-398816** și **0751-373610**.*

Robert Cernăianu - București

*Vând scuter electric, destinat persoanelor cu probleme de deplasare, cu scopul de a le facilita transportul pe distanțe lungi. Scuterul este de mică dimensiune, poate fi utilizat atât în exterior cât și în interiorul locuinței/instituțiilor. Datorită dimensiunilor reduse, scuterul încape în lift și nu are o greutate foarte mare.Scuterul este prevăzut cu o baterie reîncărcabilă și cu încărcătorul acesteia, autonomia de durată a lui este de 3-5 km. 1.700 neg. Tel. **0726-391252** și **0762-635164***

Dinescu Emilia

*Mă numesc Dinescu Emilia și tuturor care doresc să cultive în grădina lor patison sunt dispusă să le dăruiesc semințe. Trebuie decât să îmi trimiteți un plic autoadresat (un plic timbrat cu adresa dv. scrisă pe el, introdus în alt plic pe care mi-l trimite-ți poștal) pe adresa **Dinescu Emilia, com. Titești Sat, Valea Stânii, str. La Vărzărie, nr. 254, jud. Argeș, cod. 117754, tel. 0767-309818.** Patisonul este un dovlecel comestibil ce crește ca o farfurie cu marginile în valuri, ca o floare (se mai numește popular fusta miresii). Se consumă cât e crud (tânăr, să intre unghia în el) ca orice dovlecel: tocană, ciorbă, umplut, prăjit sau la grătar și când e mic se poate pune la murat ca și castraveții cornison.*

Paul

*Mă numesc Paul și am un căruț electric de vânzare, fără baterii și fără încărcător. Preț 700 RON. **0764-502018***

Nota redacției: Responsabilitatea corectitudinii informațiilor din anunțuri, aparține în totalitate autorilor!

.....Sfaturi practice & utile..... .....Sfaturi practice & utile..... .....Sfaturi practice & utile.....

continuare din pag. 8

ple așa cum am plănuit. Dar dacă planul nostru nu se împlinește, atunci suntem nemulțumiți și frustrați.

Orice experiență emoțională intensă poate fi privită ca o lecție de autocunoaștere a propriei persoane. Orice frustrare sau nemulțumire poate fi un semnal de alarmă că ceva este greșit în modul de gestionare a problemei care ne nemulțumește.

Un proverb spune: *”să nu lași ciorile să facă cuib în capul tău”*. Uneori aceste “ciori” odată instalate, mai cheamă și alte surate. Ciorile despre care vorbim sunt gândurile negative.

Trebuie să fim conștienți că viața nu este mereu dreaptă, pentru că trăim într-o lume strâmbă... Poate că ceea ce ne propunem nu iese întotdeauna cum am dori, însa această stare de lucruri ne ajută pe noi să ne formăm *trăsături de caracter mai nobile.*

Este mai bine dacă alegem *să exploatăm tot ceea ce este frumos și să clădim pe tot ceea ce este bun lăsat de Dumnezeu pentru noi*, decât să ne îngropăm “de vii”, dezvoltând atitudini negative față de sine și ceilalți (care uneori nici nu au conștientizat că ne-au făcut rău).

Iertarea semenilor dar și iertarea personală este remediul cel mai bun care ne ajută să scăpăm de acumularea de frustrare și să mergem mai departe.

În fața unei zile care seamănă cu un amalgam de motive de nemulțumire amestecate cu motive de mulțumire, *opriți-vă, respirați și amintiți-vă: Dumnezeu vede toate aceste lucruri, le cunoaște și este prezent acolo. Spuneți-i Lui toată frustrarea și eliberați-vă de resentimente.* Cineva spunea că ”fericirea, ca și nefericirea, este o alegere”.

Ordonați-vă gândurile, și nu le lăsați să “hoinărească” în zona “pomului interzis”-nemulțumirea. Analizați-vă motivele de nemulțumire și vedeți în ce direcție vă duc – veți observa că nu duc nicăieri.

Să mulțumim lui Dumnezeu că ne dă șansa să ne bucurăm de viață! Să înlăturăm falsele probleme din viața noastră și să învățăm să spunem mai des: “Mulțumesc!” cu toata inima, nu doar cu buzele!

S-ar putea să fim surprinși cum un singur cuvânt sau un singur gând ne pot vindeca de nemulțumire.

Apostolul Pavel, care si-a petrecut de multe ori viața în situații limită (fugărit, amenințat și acuzat de unii compatrioți fanatici pentru credința lui, biciuit, bătut cu pietre până la leșin, în pericol de înec cu vaporul si în cele din urma întemnițat la Roma), nu s-a lăsat doborât în cugetul său de realitatea care îl înconjura ci, prin scrierile și atitudinea sa, a fost o încurajare pentru ceilalți. Scriptura ne lasă să înțelegem că pentru el pacea interioară și bucuria sunt bunurile pe care nu le poate lua nimeni, decât dacă noi înșine renunțăm la ele de bună voie.

Iata ce sfat oferea unui camarad creștin, mai tânăr decât el: *”Negreșit, evlavia însoțită de mulțumire este un mare câștig”* (1 Timotei 6,6) .

Vă dorim inimi mulțumite și gânduri luminate de Dumnezeu cu soluții potrivite pentru problemele vieții, dar și încredere în Dumnezeu pentru întrebările fără răspuns!

-sfârșit-

Aceste articole se fac cu multă dăruire și se are în vedere hrănirea sufletească dar și intelectuală a fiecăruia dintre noi. Ar fi o mare încurajare pentru noi dacă am primi din partea dumneavoastră cereri de subiecte, păreri și corectări pe adresa alinarea@yahoo. com Vă mulțumim!

.....Să ne rugăm pentru..... .....Să ne rugăm pentru..... .....Să ne rugăm pentru.....

O rubrică apreciată de unii, poate desconsiderată de alții, însă cu siguranță de folos pentru cei care solicită sprijin în rugăciune și pentru cei pentru care se înalță aceste rugăciuni.

Haideți să simțim unul cu altul și haideți să-L punem la încercare pe Cel Atotputernic, pe Cel care S-a întrupat și a murit din dragoste pentru noi.

Rog din tot sufletul pe toți cititorii revistei să se roage pentru liniștea mea, pentru a avea pace și putere de a trece cu bine peste tot și peste toate, bucurându-mă de toate binecuvântările lui Dumnezeu.

Rodica

Să ne rugăm pentru sănătate, pentru Aurel Burcea, pentru cei greu încercați de soartă și pentru toată lumea. Bunul Dumnezeu să ne ajute pe toți! Amin.

Liviu Tudoroiu - Lipănești (Prahova)

Apariția revistei a fost și este cu mult dincolo de puterile mele: a fost și este Lucrarea Lui. Să continuăm să ne rugăm ca Bunul Dumnezeu să continue să lucreze la inima oamenilor cu inimă mare, astfel ca revista să apară și în viitor. Mulțumim tuturor sponsorilor, știuți și neștiuți, tuturor acestor oameni minunați care ne-au ajutat dezinteresat în toți acești ani (mulțumim din suflet)

Burcea Aurel – Peretu (Teleorman)

Mi s-a deschis iarăși o escară. Rog să fiu susținut în continuare în rugăciune, împreună cu toți cei dragi.

Burcea Aurel – Peretu (Teleorman)

Cu ajutorul bunului Dumnezeu, în 11 orașe deja s-au deschis filiale ale asociației „Ridică-te și umblă”, astfel că unii dintre noi se pot întâlni într-un mediu familial. Să ne rugăm pentru aceste întâlniri din București, Ploiești, Sinaia, Târgoviște, Constanța, Bacău, Galați, Alexandria, Bârlad, Buzău și Onești, precum și pentru oamenii de suflet care vor să înființeze filiale și în alte județe. Și nu sunt puține la număr.

Burcea Aurel – Peretu (Teleorman)

(Oare din 3.000 de primitori ai revistei, doar... atât de puțini conștientizăm importanța și necesitatea rugăciunii? Doar... atât de puțini înțelegem și credem că atunci când mai mulți se roagă, Dumnezeu lucrează? (Mat. 18:19)

„Şi fără credinţă este cu neputinţă să fim plăcuţi Lui! Căci cine se apropie de Dumnezeu, trebuie să creadă că El este, şi că răsplăteşte pe cei ce-L caută.”

(Evrei 11: 6)

.....La mulți ani!..... .....La mulți ani!..... .....La mulți ani!..... .....La mulți ani!.....

Asociația și Biserica “Ridică-te și umblă” - București

*Asociația si Biserica “Ridică-te și Umblă” București urează membrilor și voluntarilor care sărbătoresc ziua de naștere în luna noiembrie, un sincer și călduros **„La mulți ani!”**, împlinirea tuturor dorințelor și Dumnezeu să îi binecuvânteze din belșug și neîncetat: **Amedeo Sandrino Andronic, Ilie Bazârcă, Carmen Chiacu, Daniela Eremia, Oana Raluca Gogu, Gina Mancaș, Alexandru Mârzac, Gabriel LucianIșvan, Manuela Nagy, Estera Petrea, Iuliana Alexandra Pleșa, Anca Mihaela Prăvălici, Cristian Iulian Răducu, Crina Ștefăniță, Alexandru Uță, Daniela Vize.***

Daniela & Liviu - București

*Pentru prietenul nostru **Laurențiu Anastase** din București. Îți dorim multă sănătate, fericire, liniște și zile pline de iubire, cu ocazia împlinirii a 44 ani pe 3 decembrie. **„La mulți ani!”***

Jercan Daniela

*Pentru **Liviu Tudoroiu** care împlinește 44 de ani, de la viitoarea lui soție, Daniela Jercan, să fim fericiți alături de Teodora noastră. **„La mulți ani!”***

Mincă Elena Gabriela
Alexandria

Familia înseamnă ascultare, încredere, comunicare și înțelegere față de persoana de lângă tine. Familia înseamnă dăruire, bucurie și fericire. Cine are familie, are ocrotire. Doar familia este temelia adevărului, bunătății și înțelepciunii. Familia este binecuvântată de Treimea Sfântă. Dumnezeu dăruiește familiei mântuire, călăuzire și lumină pe drumul spre Tatăl Creator. Ziditorul nostru oferă familiei adăpost în ziua necazului. Doar El ne îndrumă pașii ca familia să fie bună, cinstită, cu dreptate și înțeleaptă. Familia călăuzită de Domnul are izbândă și iubire veșnică.

Eremia Gheorghe
Prahova

Aud mereu de „Școala vieții". Oare de când te naști, înaintezi cu fiece clipă, oră, zi, săptămână, lună, an în viață? În timpul ce trece pe lângă tine (de multe ori nu-ți dai seama când trece), începi, încet, încet, să te acomodezi cu lumea din jurul tău, să te integrezi încet, încet în ea. Și la urmă devii cu / fără voia ta una cu ea, dar ce păcat, te uiți la tine, făptură muritoare, că n-ai o mână (sau ambele), nu vezi (poate f.f. puțin), îți lipsește 1 picior (sau ambele), ești paralizat (sau simți f.f. puțin). Te-ntrebi: Ce-i de făcut oare? Ai 2 obțiuni, și anume: 1 - accepți cu resemnare, durere amară-n suflet și te ascunzi de tot ce-i viață (frumos pe pământ), de lume. 2 - te resemnezi cu amărăciune-n suflet, lupți cu soarta nemiloasă-n fiecare clipă, oră, zi, lună, an, până ce Cel ce te-a făcut pe tine din țărână, va hotărî cu voia Lui să te-ntorci în ea. Viața-i o luptă pentru toți, indiferent de ești normal (sau nu), bogat (sau nu), fată (băiat), tânăr (bătrân), sau orice religie, culoare a pielii ai.

Pătrașcu Elena
București

Ce s-ar întâmpla dacă Dumnezeu nu Și-ar face timp să ne binecuvânteze azi deoarece noi nu ne-am făcut timp să-I mulțumim ieri?

Dumnezeu S-ar hotărî să nu ne mai conducă mâine, pentru că noi nu-L urmăm pe El azi?

Nu am mai vedea înflorind nici o floare, deoarece noi am murmurat atunci când Dumnezeu a trimis ploaie?

Dumnezeu ne-ar lua mâine toate cărțile sacre, deoarece noi nu le-am citit azi?

Dumnezeu nu ne-ar mai trimite nici un mesaj, pentru că noi nu Îl ascultăm întotdeauna?

Dumnezeu nu ar mai fi trimis pe Fiul Său, deoarece noi credem că putem plăti prețul păcatului nostru?

Dumnezeu nu ne-ar mai iubi, pentru că noi nu îi iubim pe cei din jurul nostru?

Dumnezeu nu ne-ar auzi pe noi azi, deoarece noi nu L-am ascultat pe El ieri?

Dumnezeu ar răspunde rugăciunilor noastre așa cum răspundem noi când ne cheamă în lucrarea Sa?

Iubirea lui Dumnezeu pentru oameni nu ar fi infinită?

Ce s-ar întâmpla dacă viața ta s-ar încheia azi?

Dinescu Emilia
Valea Stânii (Argeș)

Cel rău se bucură să vadă pe copiii lui Dumnezeu în suferință și apoi în descurajare, dar mulțumim Domnului care ne întinde o mână de ajutor și ne invită să venim la El și ne va da odihna de care avem nevoie. El este Singurul care ne poate ajuta și întări în credință. Când credem că oamenii ne'au părăsit și suntem descurajați, să privim în sus, la Domnul Isus care este Prietenul și Salvatorul nostru. El este un Prieten de încredere și de nădejde fiindcă El ne cunoaște suferințele, pentru că și El a trecut prin ele și le'a biruit! Cu Isus și numai cu El vom putea fi biruitori și fericiți. Să nu cedăm! Să mergem înainte!

(...)

Fiecare suflet se află într'o luptă spirituală și arma cea mai puternică împotriva răului e rugăciunea, iar singurul scop al rugăciunii e iubirea. "Doamne fă din mine unealta păcii Tale. Acolo unde e ură s'aduc iubire. Acolo unde e ofensă s'aduc iertare. Acolo unde e dezbinare s'aduc unire. Acolo unde e greșeală s'aduc adevăr. Acolo unde e neîncredere, s'aduc credință. Acolo unde e disperare, s'aduc speranță. Acolo unde e întuneric, s'aduc lumina Ta. Acolo unde e tristețe, s'aduc bucurie; ajută'mă să Te caut, nu atât spre a fi consolat, cât pentru a consola, spre a fi înțeles, cât pentru a înțelege, spre a fi iubit, cât pentru a iubi, deoarece: Dând... primim; Pierzând... găsim; Iertând... suntem iertați. Murind cu credința în Tine... revenim la viața veșnică!

(...)

Ai primit în dar o nouă zi în care te poți bucura că trăiești și în care poți să zâmbești. Rămâi azi sub aripa lui Dumnezeu și odihnește-te la umbra dragostei Lui. Nu-ți fie teamă de nimic și gândește-te că El este lângă tine clipă de clipă.

(...)

La sfârșit ne vom aminti, nu vorbele dușmanilor, ci tăcerea prietenilor. Oamenii mari sunt uneori mari în lucrurile mici. Fericit și binecuvântat e acela care îmbrățișează adevărul și este un om de încredere. Amintește-ți necontenit cât de scurtă e viața și gândește-te dacă nu va mai fi un mâine... împacă-te azi cu Dumnezeu și spune-le tuturor celor din jur ce Prieten minunat ai.

Drepturile persoanelor cu handicap

av. DANA BORDEIANU

În România, orice persoană cu handicap are o serie de drepturi carte vizează atât *sănătatea, educația, formarea profesională, cât și locuința, adaptarea la locul de muncă, asistența judiciară sau petrecerea timpului liber.*

Potrivit Legii 448/2006 privind protecția și promovarea drepturilor persoanelor cu handicap, acestea au o serie de drepturi care au în vedere ocrotirea sănătății, educația și formarea profesională, ocuparea și adaptarea locului de muncă, asistența socială, locuința precum și petrecerea timpului liber, asistența juridică sau facilități fiscale.

Sănătatea și securitatea

Persoanele cu handicap beneficiază de asistență medicală gratuită, inclusiv de medicamente gratuite, atât pentru tratamentul ambulatoriu, cât și pe timpul spitalizării, în cadrul sistemului de asigurări sociale de sănătate.

De asemenea, ele au dreptul la:

- dispozitive medicale gratuite în ambulatoriu;
- servicii gratuite de cazare și masă și pentru însoțitorul copilului cu handicap grav sau accentuat ori al adultului cu handicap grav sau accentuat în unitățile sanitare cu paturi, sanatorii și stațiuni balneare, la recomandarea medicului de familie ori a medicului specialist;
- un bilet gratuit de tratament balnear, în cursul unui an, pe baza programului individual de reabilitare și integrare socială și a recomandării medicului de familie sau a medicului specialist.

Educație

Potrivit legii, persoanele cu handicap au acces liber și egal la orice formă de educație, indiferent de vârstă, în conformitate cu tipul, gradul de handicap și nevoile educaționale ale acestora .

Totodată, în cadrul procesului de învățământ, cei care suferă de un handicap au dreptul la:

- servicii educaționale de sprijin;
- dotarea cu echipament tehnic adaptat tipului și gradului de handicap și utilizarea acestuia;
- adaptarea mobilierului din sălile de curs;
- manuale școlare și cursuri în format accesibil pentru elevii și stuenții cu deficiențe de vedere;
- utilizarea echipamentelor și softurilor asistive în susținerea examenelor de orice tip și nivel.

Locuința

În ceea ce privește locuința, persoanele cu handicap grav beneficiază de următoarele drepturi:

- acordarea unei camere de locuit, suplimentar față de normele minimale de locuit prevăzute de lege, pe baza contractelor de închiriere pentru locuințele care aparțin domeniului public sau privat al statului;
- scutirea de la plata chiriei pentru suprafețele locative cu destinație de locuințe deținute de stat și care sunt în folosința acestor persoane.

Cultură, sport, turism

Conform legii, copiii și adulții cu handicap beneficiază de gratuitate la biletele de intrare la spectacole, muzee, manifestări artististice și sportive, astfel:

- adultul cu handicap grav sau accentuat, precum și persoane care îl însoțește beneficiază de gratuitate;
- adultul cu handicap mediu și ușor beneficiază de bilete de intrare în aceleași condiții ca pentru elevi și studenți;

Transport

Persoanele cu handicap grav și accentuat beneficiază de gratuitate pe toate liniile la transportul urban cu mijloace de transport în comun de suprafață și cu metroul. Totodată ei au gratuitate și la transportul interurban, la alegere, cu orice tip de tren, în limita costului unui bilet la tren accelerat clasa a II-a, cu autobuzele sau cu navele pentru transport fluvial, pentru 12 călătorii dus-întors pe an calendaristic.

Asistența juridică

Persoanele cu handicap grav au dreptul să fie protejate împotriva neglijării și abuzului indiferent de locul în care se află. În același timp, dacă nu își pot administra bunurile personale, persoanele cu handicap beneficiază de protecție juridică sub forma curatelei sau tutelei, dar și de asistență juridică.

Facilități fiscale

Persoanele cu handicap grav sau accentuat beneficiază de următoarele facilități fiscale:

- scutire de la plata impozitului pe clădire și teren;
- scutire de la plata taxei asupra autoturismelor, motocicletelor cu ataș și mototriciclurilor, adaptate handicapului;
- scutire de la plata taxei pentru eliberarea autorizației de funcționare pentru activități economice și viza anuală a acestora;
- scutire de la plata taxei hoteliere.

Persoanele adulte cu handicap grav sau accentuat pot beneficia, de asemenea, de credit a cărui dobândă se suportă din bugetul de stat în baza unui contract privind angajamentul de plată a dobânzii pentru achiziționarea unui singur autovehicul și pentru adaptarea unei locuințe conform nevoilor individuale de acces, cu condiția plății la scadență a ratelor creditului, dar și cu condiția ca valoarea creditului să nu depășească 10.000 euro, iar returnarea creditului să nu depășească 10 ani. În cazul achiziționării de autovehicule adaptate pentru transportul persoanelor cu handicap netransferabile, dependente de scaunul cu rotile, valoarea creditului nu poate depăși 20.000 euro iar perioada de rambursare este de 15 ani.

Mai mult decât atât, persoanele cu handicap care au autoturisme adaptate handicapului beneficiază de scutire de la plata tarifului de utilizare a rețelelor de drumuri naționale.

Servicii și prestații sociale

Dreptul la asistență socială sub formă de servicii sociale se acordă la cerere sau din oficiu pe baza unor acte. Astfel, serviciile sociale se acordă la domiciliu, în comunitate și în centre de zi și centre rezidențiale, publice sau private.

Persoana cu handicap grav are dreptul, în baza evaluării sociopsihomedicale, la un asistent personal. De asemenea, adultul cu handicap grav sau accentuat care nu are locuință, nu realizează venituri ori realizează veni-

continuare în pag. 19

Pericol în mijlocul marii (I)

de Kenneth Miller

Doisprezece ani mai târziu, după ce făcuse înconjurul lumii pe o barcă cu pânze, Max Young se afla pe ultima porțiune a călătoriei sale: o traversare de 1.300 kilometri de la Cabo San Lucas, Mexic, până la San Diego, apoi o ultimă etapă de 800 kilometri spre San Francisco. În iunie 2012, pe o noapte fără lună, ambarcațiunea sa cu pânze Reflections, lungă de 15 metri, se îndrepta spre nord, împinsă de un vânt stabil și dirijată de pilotul automat. Max în vârstă de 67 ani, era așezat pe spate în cabina de pilotaj și contempla bolta cerească plină de stele. Învățător la pensie, și-ar fi dorit ca și soția să poată fi împreună cu el să admire acest peisaj mirific, dar de această dată ea nu a putut să-l însoțească în călătorie.

Max se simțea obosit. În general, când navighează singur el doarme ziua, pentru a fi în formă și a rezista la toate peripețiile nocturne. Dar astăzi, și-a permis o sistă, deoarece marea era plină de balene - gri după părerea sa - care migrau spre Alaska. A observat numeroase duzini de balene - multe ca niciodată înainte. Lenește, mișcându-și încet înotătoarele, erau superbe, dar Max a fost mai liniștit când a văzut că ele se îndepărtează. Tabloul de bord indica ora 22:12.

Deodată un zgomot asurzitor s-a auzit sub barcă. Un puseu de adrenalină l-a cuprins. O secundă mai târziu, o balenă lungă cât barca sa a sărit din apă, producând o cascadă de clăbuci argintii, în spate la pupa. Părea că se află suspendată în aer, ca și cum ar fi fost lipită pe boltă, văzându-i capul strălucitor în limina reflectorului de pe barcă. În momentul în care partea superioară a corpului mamiferului de 40 tone a lovit partea din spate a bărcii, un scârțiit de fiare contorsionate și de fibre de sticlă distruse s-a auzit. Dintr-o dată prova (partea din față a bărcii) s-a înălțat spre cer. Pentru o clipă privirea omului s-a intersectat cu cea a balenei, apoi s-a trezit căzând printre sacii care erau așezați unul peste altul pe barcă. Balena a început să se depărteze de barcă - virând brusc spre babord. Când Max a reușit să-și ridice privirea, animalul deja dispăruse.

Lung de trei metri și având un diametru de 5 centimetri în grosime, tubul metalic care susținea elicea eoliană și antenele radio, se balansă înainte de a cădea în apă. Partea din spate a bărcii părea foarte avariată, dar nava putea încă să plutească. Max a supozat că coca (3 centimentri în grosime) a primit șocul coliziunii.

Apoi când a vrut să restabilească direcția de navigat, deoarece barca se îndrepta acum spre sud, spre Polinezia, Max a mai constatat că coliziunea a dereglat și pilotul automat. A încercat să-l repare, dar însă fără succes.

Poate era vorba despre o problemă de direcție. El a coborât și a verificat liniile de direcție, dar ele păreau a fi în condiție bună. În cabina din spate, însă a observat că podeaua și salteaua erau ude. Apoi urcând pe punte a auzit un picurat îngrijorător. A ridicat o trapă ce se afla sub scară și a descoperit cu stupoare un metru de apă în cală, între coca și planșeul de lemn. Era normal să aibă puțină apă, dar pompele scoteau afară tot ce depășea câțiva centimetri.

Max trebuia să verifice de unde venea acest surplus. Pentru început a verificat țevile care veneau dinspre bucătărie și cele două toalete. A mai verificat locul unde pompele deversau surplusul de apă în mare. Totul era în bune condiții. Apa însă creștea în permanență. La întoarcerea pe punte, a luat controlul direcției, însă nu putea să rotească cârma decât câțiva centimetri.

S-a gândit că nu era bine să intre în panică. A lansat în apă două balize care emiteau semnale SOS și fără a neglija nimic, a pornit și o baliză de buzunar, mai mică, dar cu un semnal mai precis. Astfel, salvamarii l-ar putea repera mai ușor. Numai echipamentul gărzii de coastă americane putea să prindă frecvența sa, dar baza cea mai apropiată se afla la San Diego, la mai mult de 700 kilometri spre nord-est. Îi era teamă că semnalul nu va fi așa de puternic, dar chiar și captat nu ar fi putut ajunge la timp, pentru a-l salva de naufragiu.

Sperând să fie vreo navă prin apropiere, Max a mai pornit un mic emițător-receptor de mică putere, având o rază de acțiune de maxim câțiva kilometri - și a urlat în microfon: "Mayday! Mayday!" dar nu a primit nici un răspuns.

S-a așezat și a început să respire profund. Mulțumesc Dumnezeul meu, că am avut o viață frumoasă până în prezent. Nu mai sunt așa tânăr. Dar ar trebui să sărbătoresc a 23 aniversare de la căsătorie în două săptămâni, în aceeași zi în care nepoțica mea va sărbători împlinirea a trei anișori. Ea este bolnavă de leucemie. De aceea, aș vrea Domnul meu să mă pot întoarce acasă.

Max Young a crescut în California de Nord. Tatăl său, un lucrător la drumuri și mama sa chelneriță, au avut șapte copii. Pentru a mai rotunji veniturile la sfârșitul lunii, tatăl pescuia ilegal pește destinat vânzării și Max îl însoțea adesea pe mare. În mica lor barcă, tatăl îi povestea despre isprăvile sale ca pilot pe un B-24, în timpul celui de al doilea război mondial și despre bombardamentele la care a participat în Pacificul de Sud. La 12 ani, Max și-a jurat că o să navigheze într-o zi pe toate mările despre care i-a povestit tatăl său.

Max a pregătit un lung voiaj pentru următorii 50 de ani, completându-și cunoștințele sale despre marinărie pe vapoare de mare tonaj și foarte dificil manevrabile. După ce s-a căsătorit și a obținut un master în design industrial, el a condus mai multe ateliere și a fost profesor într-o școală secundară, nu departe de Sacramento, punând totodată bani deoparte pentru vaporașul său. Pentru a-și completa suma necesară, a avut nevoie să mai renoveze și să revândă câteva case. În 1987, în vârstă de 43 de ani și divorțat, a cumpărat Reflections, o barcă mare și frumoasă cu pânze, asemănătoare cu ceea ce visase el de copil. După aceasta a început să navigheze de-a lungul coastelor Californiene cu cea de a doua soție, Debbie și copii lor. Ea avea unul din prima căsătorie și Max avea deja doi. Și din această căsătorie li s-a mai născut o fetiță. În anul 2000, Max a ieșit la pensie și a început odiseea în

continuare în pag. 17

continuare din pag. 16

jurul globului.

Pentru început, a refăcut itinerarul pe care tatăl său l-a făcut în timpul războiului, din San Francisco până în Australia, trecând prin Hawai, Polinezia Franceză, Samoa, insulele Fiji și alte insule diferite. Cu Debbie, consilieră în finanțe, a petrecut doi ani în Australia, înainte de a se întoarce la Sacramento pentru a lucra și a reaproviziona cuferele familiei. Apoi după ce a avut banii și timpul necesar, a luat avionul cu destinația portului unde a fost ancorată barca sa și a mai adăugat la periplul său câteva mii de kilometri - câteodată cu Debbie, câteodată cu marinari voluntari și chiar singur de câteva ori. Aceste călătorii i-au adus multă bucurie. A văzut peisaje care-ți tăiau respirația. Și-a făcut prieteni fideli. Dar... a mai avut și probleme serioase.

Cuibărit în cabina bărcii și-a amintit de teribilele furtuni prin care a trecut. Și-a amintit de epoca când vântul l-a lovit în largul Noii Caledonii. Timp de multe zile, a demontat și remontat motorul, piesă cu piesă înainte de a mai putea continua călătoria. Și-a mai amintit de asemenea de piratii din Malaezia care amenințau că vor scufunda Reflections. Dar nici unul din aceste incidente nu a fost așa grav ca acesta de acum. O cârmă blocată, o barcă care ia apă, niște ajutoare pe care nu le poate anunța.

La ora unu și treizeci s-a așezat la rugăciune, când...

-va urma-

Sursa : Selection.ca - iulie 2014
Trimis de TRAIAN FLOREA – Canada

....Izvorul nesecat.... ....Izvorul nesecat.... ....Izvorul nesecat.... ....Izvorul nesecat....

Performanța în viață este nelimitată
-totul depinde doar de tine-

„Pot totul în Hristos care mă întărește”

Filipeni 4: 13

Cu toții ne confruntăm cu gândirea negativă și nereușitele în viața personală și profesională. Am ales în această ocazie să descoperim câteva metode care ne vor ajuta să ieșim din impas, pe care Dumnezeu ni le pune la dispoziție prin cartea “Viața fără limite” de Nick Vujicic - o persoană cu dizabilitate- ne avand membrele superioare si inferioare si din revista creștină „Semnele Timpului”.

Gândirea pozitivă ne ajută să putem trece mai ușor peste anumite situații din viața noastră, într-o manieră mai optimistă, mai încrezătoare și, de ce nu, mai benefică pentru sănătatea noastră fizică.

Astăzi, Nick Vujicic se descurcă fără mâini și fără picioare; poate să înoate, să joace golf, să pescuiască, să călărească, să scrie la calculator... în principiu să facă orice își dorește. Visul lui a fost să ajunga unul dintre cei mai renumiți vorbitori motivaționali. A reușit lucrul acesta, deși a avut de înfruntat, pe lângă dizabilitățile fizice, depresii și, la un moment dat, chiar tentația de a se sinucide. Odată ce și-a găsit adevăratul scop în viață, dorința lui a fost să devină o inspirație pentru aceia care tânjesc să își maximizeze potențialul, indiferent de circumstanțe, și să demonstreze prin propria lui poveste de viață că orice este posibil și că oricine poate trăi o viață fără limite. Mulți dintre noi credem că viața este nedreaptă cu noi. Trecem prin greutăți și probleme care de multe ori ne fac să ne îndoim de noi înșine. Unii ajung la disperare. Însă Biblia ne învață că trebuie să considerăm o mare bucurie atunci când trecem prin încercări. Această lecție s-a luptat ani de zile Nick Vujicic să o învețe, iar în cele din urmă a învățat-o. Imediat după nașterea lui, nici măcar părinții lui nu au crezut că pentru el, fără mâini și fără picioare va exista o speranță și un viitor pentru a trăi o viață normală, având un scop și un sens în viață. Însă astăzi, viața lui întrece orice așteptări. Nick Vujicic declara că dacă ai dorința și pasiunea să faci ceva după voia lui Dumnezeu, vei reuși. El însuși considera această afirmație ca „îndrăzneață”, căruia nici el nu i-a dat mereu dreptate.

Dacă vrei să înveți cum să gândești pozitiv, iată sfaturile oferite de psihologul Roya Rohani Rad. Începi să vezi partea plină a paharului. În loc să monitorizezi doar partea negativă a lucrurilor din viața ta, poate ar fi cazul să privești și aspectele pozitive pe care acestea le aduc. De exemplu, poate nu ai jobul pe care ți-l dorești, dar partea bună este că ai un loc de muncă, iar dacă te vei concentra asupra a ceea ce ai de făcut, ai putea transforma situația într-una favorabilă. Reevaluează-ți standardele. Dacă ai obiceiul de a îți fixa anumite ținte mult prea rigide sau dacă îți compari slăbiciunile cu punctele forte ale altora, atunci este cazul să renunți la acest obicei. Persoanele care își cunosc atuurile și care lucrează la dezvoltarea lor, dar care, în același timp, sunt conștienți și de minusurile pe care le au, dau rezultate mult mai bune când vine vorba de propria evaluare. Recompensează-te mai mult și pedepsește-te mai puțin. Apreciază-ți efortul pe care l-ai depus până în acest moment, pentru ca pe viitor să îți sporești rezultatele. Judecă pe baza faptelor, nu a propriilor presupuneri. Studiază cu atenție faptele, întâmplările, situațiile înainte de a trage concluzia finală. S-ar putea ca ipotezele pe care ți le-ai format să fie eronate fără a ține cont de datele concrete ale problemei. Nu lua lucrurile personal. S-ar putea ca anumite acțiuni ale celor din jurul tău să nu aibă nicio legătură cu tine, ci doar cu anumite aspecte care țin de personalitatea lor sau de probleme care îi afectează. Dr. Roya Rohani Rad adaugă că pentru a gândi pozitiv trebuie să ne eliberăm de gândirea în alb și negru, de tipul „ori asta, ori cealaltă”. De asemenea, ea încurajează persoanele ca atunci când sunt invadate de sentimentul fricii adus de scenariile construite pornind de la „ce s-ar putea întâmpla” în cazul unor evenimente nefericite (de exemplu, pierderea jobului), să se provoace să gândească o soluție pentru respectiva situație. Astfel, în eventualitatea faptului că se va întâmpla, va exista acea soluție de backup.

Pentru a trăi viața fără limite, am descoperit că am nevoie de: o voință puternică - pentru a trece peste orice problemă și obstacol; o speranță atât de solidă, încât să nu poată fi frântă de nimic din lumea asta; credință în Dumnezeu și în posibilitățile Lui infinite - cu Dumnezeu toate lucrurile sunt posibile; dragoste și acceptare de sine - trebuie să te accepți așa cum ești, chiar dacă nu ai două mâini și două picioare; atitudine cu altitudine; un spirit curajos - nu poți avea succes, nu poți trece peste obstacolele vieții fără un spirit curajos; o inimă încrezătoare în puterea infinită a lui Dumnezeu; dorința de a descoperi ocazii prielnice - caută ocazii și nu rata nici una pe care Domnul o pune la dispoziția ta; capacitatea de asumare a riscului și o doză bună de umor - acceptă și asumă-ți riscul unui posibil eșec; plăcerea de a le sluji în primul rând altora - ceea ce va aduce bucurie și împlinire în inimă și în final exclamă Nick Vujicic - Da, sunt cu adevărat o ființă binecuvântată. Sunt de-a dreptul ridicol de fericit!!!

Ne dorim cu toții performanțe în viata care nu are limite, încredere nelimitată în Dumnezeu și o gândire pozitivă nesfârșită? Dacă DA, atunci e timpul să trecem la fapte concrete, nu doar să le citim sau să vorbim despre ele. Dumnezeu să vă dea birunțe depline în tot ce v-ați propus!

-sfârșit-

Mircea Costel Bratosin – Redactor Revista Împreună /
Director Relații Publice / P.R. Manager Asociația “Ridică-te și umblă” România

Dat fiind termenul de trimitere a revistei la tipografie, scrisorile, sms-urile, e-mail-urile,... voastre trebuie să ajungă la mine până pe data de 1 a lunii de apariție a revistei.

Vă rog mult, pe toți cei care scrieți, puneți-vă numele complet și adresa!

Mulțumesc mult pentru înțelegere!

Dionisie - Frătăuții Noi (Suceava)

Cu mare nerăbdare am așteptat ca printr-un telefon, mesaj sau scrisoare să-mi dați numele acelui om nevăzător, autorul poeziei. A trecut o lună, mi-ați trimis scrisoare, însă... nimic. Nu știu ce să mai cred!

Popescu Nicoleta - Bughea de Jos (Argeș)

Mulțumesc mult pentru toate scrisorile scrise lună de lună. Cât despre pensii, eu știu că trebuie să aleaga una. Am să m-ai mă interesez!

Doresc să corespondeze:

Marcel

*Gorgoteanu Marcel, 35 ani, 1,48 m, 48 kg, din loc. Galați, jud. Galați, tel.**0757-693043**, grad accentuat, îmi caut jumătatea. Nu contează ce vârstă are fata. Îmi doresc să întemeiez o familie. Nu contează de unde este fata.*

Gabriel

*Mă numesc Gabriel, am 36 de ani, 1,65 m, 73 kg, nevăzător gr. 1, sunt creștin adventist, doresc să cunosc o fată serioasă, realistă, credincioasă și să mă accepte așa cum sunt. Pentru căsătorie. **0742-919482** sau 0763-847316*

Minea Gheorghe - Vernești (Buzău)

*Sunt creștin adventist, 46 ani, 72 kg, 1,80 m, handicap gr. 2, doresc să cunosc o persoană sinceră și serioasă, creștină adventistă, cu orice fel de handicap. Am o fetiță de 15 ani, care locuiește la mama ei. Doresc să locuiesc la ea. **0758-331514; 0734-726848** și **0785-560423**. Nu răspund la bip.*

Deaconescu Adrian Dorel

*Mă numesc Deaconescu Adrian Dorel, am 54 ani și doresc să cunosc o doamnă, o bună creștină, fără obligații, în vârstă de 48-55 ani, pentru prietenie / căsătorie, din Hunedoara, Timiș, Gorj, Alba, Arad sau împrejurimile acestor județe. **0742-177605**.*

Claudia

*Mă numesc Claudia, 28 ani, tânără penticostală, din Sibiu, gr. 3, lucrez, doresc să corespondez în vederea prieteniei, căsătoriei cu un băiat creștin, apropiat ca vârstă și credință, pentru a face un cămin pentru slava lui Dumnezeu. Tel. **0740.924.831***

Porcărin Ion

*Mă numesc Porcărin Ion, am 66 ani, am parapareză (merg pe picioare), pensionar, casă proprie, divorțat de 10 ani, un copil căsătorit la casa lui. Caut o femeie, până în 55 ani, pentru îngrijire, eventual căsătorie, fără dizabilitate (handicap). **0758-847460***

Anonim

*Licențiat, 27 ani, job stabil, locuință proprie, aștept să fiu contactat de o domnișoară simplă din jud. Vrancea, foarte hotărâtă, naturală, cu o gândire „matură”, ce își dorește să-și construiască un cămin, capabilă de lucruri frumoase și serioase în ceea ce privește aspectele vieții în doi. Sunt o fire calmă, deschisă, cu mult bun simț, lipicios și îmi pasă mult de cel de lângă mine dacă simt că merită. Îmi poți scrie pe **0763-787787**. Doamne ajută!*

Stelian

*Stelian, 34 ani, 1,75 m, 80 kg. **0764-794001** și **0756-484156** (facebook, Stelian George)*

Dorin

*Dorin, nevăzător tardiv, 51 ani, locuiesc la țară, moldovean, nefumător, non alcoolic, nu am copii în întreținere, doresc relație serioasă cu o femeie cu aceleași caracteristici sau cu handicap locomotor sau vizual de gradul doi. Doresc seriozitate. Răspund la numărul **0730-512323** sau lăsați mesaj vocal sau scris la **0768-829202**.*

Gabriel

*Sunt necăsătorit, îmi caut jumătatea mea sau o relație care să nu fie pe termen scurt. Vreau să găsesc pe cineva pe care să o iubesc cu adevărat. Îmi place orice fel de discuție în care există bunul simț. Nu contează distanța. Dacă ești serioasă și dacă vrei, putem să ne dăm întâlnire la tine în oraș pe viitor, dacă la mine în oraș nu poți veni. Vreau să vorbim și să ne cunoaștem. Te aștept! Mai multe detalii și informații la ID mess: **gabriel2014ro** Tel. **0746.775.642** (Gabriel). Nu răspund la numere ascunse! La apeluri și la sms-uri răspund!*

Aurel

*Aurel, 50 ani, din Focșani, cu scleroză multiplă, merg pe picioarele mele distanță de 100 m. Am suflet bun, credincios, situație modestă, caut doamnă cu suflet bun pentru o relație de lungă durată (căsătorie). **0733-579407***

Pintilie Vasile

*Mă numesc Pintilie Vasile, am 46 ani, sunt creștin ortodox, sunt nevăzător, am locuință proprie și doresc să cunosc o fată de vârstă apropiată pentru prietenie / căsătorie. Doresc să fie creștină ortodoxă. **0753-431775; 0760-528180.***

Doru

*Mă numesc Doru, am 37 ani, sufăr de tetrapareză spastică și sunt din Brașov. Caut o persoană sinceră pentru căsătorie, care să fie dispusă să treacă peste faptul că am deficiențe fizice și să vrea să-mi descopere sufletul, intențiile, dorințele. Mă deplasez singur, mă descurc singur. Accept cu drag o persoană și cu deficiențe, dar nu mai grav ca mine, să se deplaseze singură, să își poată folosi mâinile, ca să ne putem descurca. Pentru relații suplimentare pot fi contactat pe facebook la dorulet munteanu, e-mail **dorumunteanu2000@yahoo.com** tel. **0736-186977** sau **0770-791576**. Rog seriozitate!*

Bogdan

*Mă numesc Bogdan, am 30 de ani, handicap fizic gr. 1 și doresc să corespondez cu fete pentru prietenie / căsătorie. **0764-208150**.*

Bogdan

*Bună, mă numesc Bogdan, am 32 de ani, handicap gr. 2. Caut o fată serioasă care să își dorească o relație de lungă durată, care să aibă o finalitate frumoasă. Consider că handicapul nu este o barieră în calea iubirii. Pot fi găsit la **0768-265889**. Fără bip sau sms. Rog seriozitate!*

Victor

*Victor, 50 ani, ortodox, divorțat, am casa mea, mașină, caut o doamnă de vârstă apropiată în vederea căsătoriei, care să locuiască la mine. Poate avea handicap ușor. Tel. **0741-593262** și **0766-781336**.*

Mihaela

*Bună, sunt Mihaela, 40 de ani, handicap gradul 1, fără vicii, fără obligații. Doresc lângă mine un domn de gradul 2 sau 3, în calitate de prieten cât și de însoțitor. Dacă ești sincer și crezi că îți asumi responsabilitatea, contactează-mă la 0767-930968 sau la **0730-281297**. Rog seriozitate. Băieți, dacă nu vă doriți cu adevărat o relație sau dacă responsabilitatea nu vi-o asumați, nu mă contactați.*

Mirela

*Am 29 ani, sunt cu handicap gradul 1, sunt nevăzătoare și sunt în scaun cu rotile. Sunt baptistă. **0757-616360***

Paul

*Sunt paul și caut o fată pentru prietenie că eu nu am avut niciodată o prietenă să fie sinceră și iubitoare. Care vor să-mi fie prietene mă pot găsi la **0764-502018***

Anonimă

*Doresc să cunosc bărbat fără vicii, trecut de 50 ani, cu caracter, trecut prin necazuri, fără nici un handicap, să locuiască cu mine și să mă îngrijească. Mai multe detalii la tel. **0761-411210**. Rog seriozitate! Nu deranjați inutil.*

Nota redacției:

Responsabilitatea corectitudinii informațiilor din anunțuri, aparține în totalitate autorilor!

continuare din pag. 2

da informațiile necesare soluționării cererii.

- Recomandări. În exercitarea atribuțiilor sale, Avocatul Poporului emite recomandări care nu pot fi supuse controlului parlamentar și nici controlului judecătoresc. Prin recomandările emise, Avocatul Poporului sesizează autoritățile administrației publice asupra ilegalității actelor sau faptelor administrative.

- Rapoarte speciale. În cazul în care Avocatul Poporului constată, cu prilejul cercetărilor întreprinse, lacune în legislație sau cazuri grave de corupție, ori de nerespectare a legilor țării, va prezenta un raport, conținând cele constatate, președinților celor două Camere ale Parlamentului sau, după caz, primului-ministru.

- Dispecerat. La sediul instituției Avocatul Poporului funcționează un dispecerat (telefon 312.71.34) la care cetățenii pot suna zilnic, între orele 10.00-14.00. În afara acestor ore, sesizările sunt înregistrate pe robot.

- Audiențe. Sunt asigurate de personalul de specialitate al instituției. De asemenea, cetățenii pot fi primiți în audiență de către Avocatul Poporului și de adjuncții acestuia, în conformitate cu prevederile Regulamentului de organizare și funcționare a instituției Avocatul Poporului, republicat.

Care sunt costurile?

Cererea adresată Avocatului Poporului este scutită de taxă de timbru.

Cum contactez Avocatul Poporului?

Sediul instituției Avocatul Poporului este în: Str. Eugeniu Carada nr. 3, sect. 3, București, Tel.: 021 312.94.76; 021 312.94. 62, Fax: 021 312.49.21 Web: www.avp.ro E-mail: avp@avp.ro

-sfârșit-

Sursa: http://www.prostemcell.ro/articole-juridic/avocatul-poporului.html

....Litere de lege.... ....Litere de lege.... ....Litere de lege.... ....Litere de lege....

continuare din pag. 17

turi de până la nivelul salariului mediu pe economie, poate beneficia de îngrijirea și protecția unui asistent personal profesionist.

În ceea ce privește prestațiile sociale acordate persoanelor cu handicap, acestea cuprind:

a) indemnizatie lunară, indiferent de venituri:

- în cuantum de 202 lei, pentru adultul cu handicap grav
- în cuantum de 166 lei, pentru adultul cu handicap accentuat

b) buget personal complementar lunar, indiferent de venituri:

- în cuantum de 91 lei, pentru adultul cu handicap grav
- în cuantum de 68 lei, pentru adultul cu handicap accentuat
- în cuantum de 33,5 lei, pentru adultul cu handicap mediu.

Totuși, nu pot beneficia de aceste prestații sociale:

- adulții cu handicap, îngrijiți și protejați în centre rezidențiale publice, cu excepția centrului de tip respiro;
- persoanele cu handicap care sunt reținute, arestate sau condamnate definitive la o pedeapsă privativă de libertate, pe perioada reținerii, arestării ori a detenției;
- adulții cu handicap grav sau accentuat care realizează venituri, aflați în îngrijirea și protecția asistentului personal profesionist.

Orientarea, formarea profesională, ocuparea și angajarea în muncă.

Orice persoană cu handicap care dorește să se integreze sau să se reintegreze în muncă are acces gratuit la evaluare și orientare profesională, indiferent de vârstă, tipul și gradul de handicap.

Totodată persoanele cu handicap beneficiază de toate condițiile pentru a-și alege și exercita profesia, meseria sau ocupația, pentru a dobândi și menține un loc de muncă, precum și pentru a promova profesional. În același timp, persoanele cu handicap (inclusiv persoana cu handicap de grad III) au dreptul de a munci și de a realiza venituri conform prevederilor muncii.

Mai mult decât atât, persoanele cu handicap angajate la domiciliu beneficiază din partea angajatorului de transportul la, și de la domiciliu al materiilor prime și materialelor necesare în activitate, precum și al produselor finite realizate.

Persoanele cu handicap aflate în căutarea unui loc de muncă sau încadrate în muncă, beneficiază de următoarele drepturi:

- cursuri de formare profesionale;
- adaptare rezonabilă la locul de muncă;
- consiliere în perioada prealabilă angajării și pe parcursul angajării, precum și în perioada de probă, din partea unui consilier specializat în medierea muncii;
- o perioadă de probă la angajare, plătită, de cel puțin 45 de zile lucrătoare;
- un preaviz plătit, de minimum 30 de zile lucrătoare, acordat la desfacerea contractului individual de muncă din inițiativa angajatorului pentru motive neimputabile acestuia. În același timp persoanele cu handicap au posibilitatea de a lucra mai puțin de 8 ore pe zi în cazul în care beneficiază de recomandarea comisiei de evaluare în acest sens.

-sfârșit-

Sursa: www.avocatnet.ro

SPONSOR: A.S.I. ROMANIA
CONTACT: Str. Mureşului, nr. 1, loc. Nazna, jud. Mureş, cod 547526 tel. 0265-320548;
www.asiromania.ro

Asociaţia "HandHope"
Burcea Aurel, str. Băltăreţu nr. 565, loc. Peretu, jud. Teleorman, cod 147240,
Tel. 0765-365533 e-mail: aurelsda@yahoo.com
C.I.F. 14877902
Cod IBAN: RO80RNCB0245036735870001 B.C.R. Alexandria
ISSN 2360 - 6061 ISSN-L 2360 - 6061

Tipărită la Editura „Viață și Sănătate", tel. 021-3230020 și 0740-101034

„Când viața e prea grea
să stai în picioare...
îngenunchează!”

STAU ȘI PRIVESC

Stau și privesc în jurul meu
Și-n toate-L văd pe Dumnezeu
Cum pasărea-L laudă cântând
Iar animalele-alergând...
Cum muntele se-nalță maiestos
Dând slavă și mărire lui Hristos

Mă opresc și privesc în jur
Cum toate sunt fără cusur
Cum râul care curge lin
Cum floarea-i cu mirosul fin
Ne-ndreaptă gândul spre-nălțimi
La cerul plin de Heruvimi...

Ascult și vrabia ce cântă
Și auzul ni-l încântă
Privesc cum roiul de albine
Înapoi la stup revine
Și cum cerbul însetat
Se adapă-n râu curat...

Lacul, marea și izvorul
Toate întregesc decorul
Și-mi îndreaptă gândul meu
Către Bunul Dumenzeu
Căci El toate le-a creat
În chip măreț și minunat...

Mă opresc din alergări
Pe liniștitele cărări
Și privesc la cer voios
Căci totul e al lui Hristos
Și chiar și viața mea
Cu drag o ține-n palma Sa!

Oana Peiculescu

„Prețuiește în viață lucrurile mici,
căci o lumânare va face
ceea ce soarele nu va putea face
niciodată: să lumineze în întuneric”
(Leonardo da Vinci)

ÎMPREUNĂ